



Barns psykosociala hälsa i skolmiljö

Martina Hannus

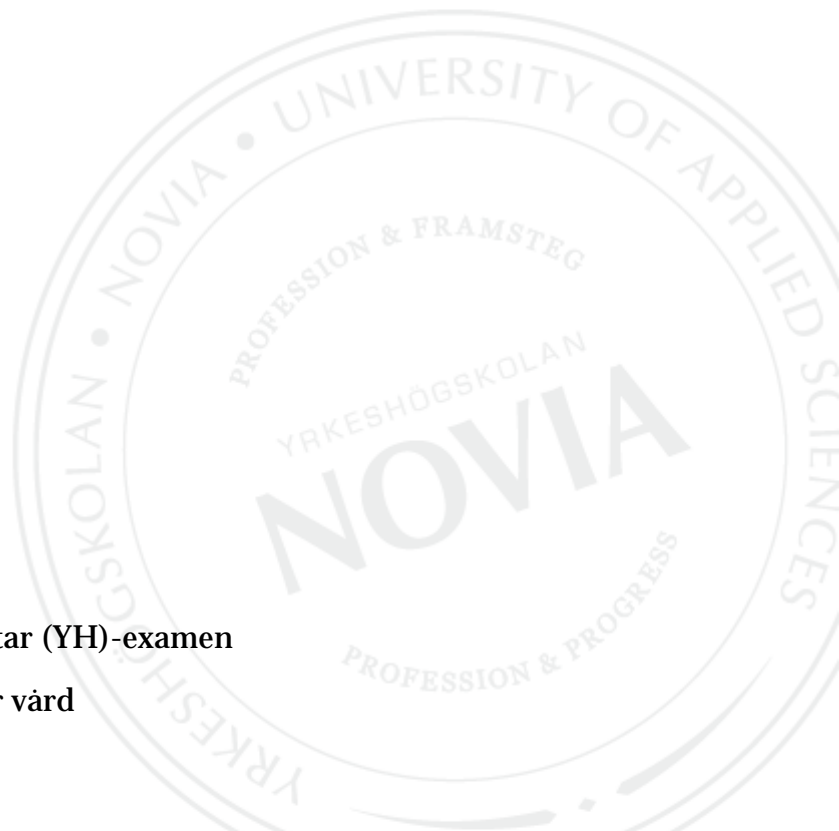
Riina Jaakkola

Maria Nysand

Examensarbete för sjukskötare (YH)-examen

Utbildningsprogrammet för vård

Vasa 2010



EXAMENSARBETE

Författare: Martina Hannus, Riina Jaakkola & Maria Nysand

Utbildningsprogram och ort: Vård, Vasa

Inriktningsalternativ/Fördjupning: Barnsjukvård/Hälsovård

Handledare: Maj-Helen Nyback & Lena Sandén-Eriksson

Titel: Barns psykosociala hälsa i skolmiljö

Datum 8.11.2010

Sidantal 37

Bilagor 3

Sammanfattning

Vårt examensarbete ingår i ett delprojekt i KLUCK2 och syftar till att undersöka skolan som fysisk och psykosocial miljö. Ämnesområdet för examensarbetet är barns psykosociala hälsa i relation till mobbning, stress och trivsel i skolmiljö. Syftet med vår studie är att undersöka vad som uppmärksammas i ny forskning kring barns psykosociala hälsa och vilka faktorer som framkallar psykosocial ohälsa eller hälsa hos barn i skolan.

Detta examensarbete genomförs som en litteraturstudie. Undersökningens material består av 15 vetenskapliga artiklar som har både nordiskt och internationellt ursprung. Fokuset har varit på empiriska nordiska forskningar som berör barn i åldern 7-12 år. Samtliga artiklar har analyserats med deduktiv metod. Alla artiklar är empiriska och har blivit publicerade från år 2000 och framåt.

Resultaten visar att mobbning ger upphov till psykisk ohälsa både hos flickor och hos pojkar samt hos de barn som mobbas. För mycket skolarbete, att komma för sent till skolan och att bli utsatt för antastning i skolan är stressfaktorer som har samband med aggression, nedstämdhet och nervositet hos skolbarn. Elevers känsla av samhörighet i skolan är könsspecifik, men den är även beroende av föräldrarnas involvering och den sociala kompetensen.

Alla som jobbar med barn har nytta av att känna till hur mobbning, stress och trivsel i skolan påverkar barns psykosociala hälsa. Detta är viktigt för att kunna förebygga ohälsa och tidigt ingripa vid problemsituationer.

Språk: Svenska Nyckelord: psykosocial hälsa, mobbning, stress, trivsel, skolan, barn.

Förvaras: Examensarbetet finns tillgängligt antingen i webbiblioteket Theseus.fi eller i biblioteket.

BACHELOR'S THESIS

Authors: Martina Hannus, Riina Jaakkola & Maria Nysand

Degree Programme: Nursing, Vaasa

Specialization: Pediatric nursing/Public health care

Supervisors: Maj-Helen Nyback & Lena Sandén-Eriksson

Title: Children's psycho-social health in the school environment

Date 8.11.2010

Number of pages 37

Appendices 3

Summary

Our study is part of the KLUCK 2 project, investigating school as a physical and psycho-social environment. The subject is children's psycho-social health in relation to bullying, stress and well-being in the school environment. The aim of this study is to evaluate new research into children's psycho-social health, and factors causing psycho-social ill-health or promoting health in schoolchildren.

The study is based on research; 15 scientific articles of both Nordic and international origin. The focus is to evaluate the findings concerning children aged 7-12 in the Nordic countries. All the articles are analyzed with the deductive method. The articles are all empirical studies, published in the 2000s.

The research shows that bullying causes psychological ill-health both in girls and boys who are bullied and in children who bully. Too much schoolwork, being late for school and being exposed to bullying at school are all factors causing stress, aggression, depression and anxiety in schoolchildren. How children feel about school is gender-specific, but this also depends on the parents' involvement and the children's social skills.

Everyone who works with children benefits from knowing about how bullying, stress and well-being in school affect children's psycho-social health. This is important because the prevention of ill-health and an early intervention in problem situations are crucial.

Language: Swedish

Key words: Psycho-social health, bullying, stress, well-being, school and children.

Filed at: The examination work is available either at the electronic library Theseus.fi or in the library.

Innehåll

1 Inledning.....	1
2 Syfte och frågeställningar.....	2
3 Teoretiska utgångspunkter.....	2
3.1 Barnets fysiska utveckling i skolåldern.....	3
3.2 Barnets psykosociala utveckling.....	3
3.3 Systemmodell om stressorer.....	5
4 Teoretisk bakgrund.....	7
4.1 Barns rättigheter.....	7
4.1.1 Lag om grundläggande utbildning 21.8.1998/628.....	8
4.1.2 Barnskyddslagen 417/2007.....	8
4.1.3 Barnkonventionen.....	9
4.2 Mobbning.....	9
4.3 Stress.....	10
4.4 Trivsel.....	11
5 Tidigare forskning.....	12
5.1 Mobbning i skolan.....	13
5.2 Stress i skolan.....	13
5.3 Trivsel i skolan.....	14
6 Metoder och tillvägagångssätt.....	15
6.1 Undersökningens praktiska genomförande.....	15
6.2 Innehållsanalys.....	17
6.3 Översiktsartikel.....	18
6.4 Forskningsetik.....	19
7 Resultat.....	21
7.1 Mobbning i skolan.....	21
7.2 Stress i skolan.....	22
7.3 Trivsel i skolan.....	24
8 Tolkning.....	26
8.1 Mobbning i skolan.....	26
8.2 Stress i skolan.....	27
8.3 Trivsel i skolan.....	29
8.4 Slutsatser.....	31
9 Kritisk granskning.....	34
9.1 Perspektivmedvetenhet.....	34
9.2 Intern logik.....	34
9.3 Innebördsriktadhet.....	35
9.4 Struktur.....	35
10 Diskussion.....	36
Litteratur	
Bilaga 1	
Bilaga 2	
Bilaga 3	

1 Inledning

Som blivande hälsovårdare och barnsjukskötare anser vi att det är viktigt att få en ökad förståelse för barnets psykosociala utveckling och känna till vilka faktorer som kan ge upphov till psykosocial ohälsa eller hälsa bland barn. Syftet med vår studie är att undersöka vad som uppmärksammas i ny forskning kring barns psykosociala hälsa och vilka faktorer som framkallar psykosocial ohälsa eller hälsa hos barn i skolan. Med barn i skolan avser vi skolelever i åldern 7-12 år. Det är ett brett område och vi har därför valt att fokusera på hur mobbning, stress och trivsel i skolmiljö påverkar barns psykosociala hälsa. Dessa tre teman har bestämts på basen av frågor i en enkätstudie som genomfördes i KLUCK2-projektet.

Hälsoproblem som beror på dålig miljö inomhus är mycket vanliga, men det saknas kunskap om hur byggnader, luftkvalitet och hälsa har anknytning till varandra. Med ekonomisk hjälp av EU:s Botnia-Atlantic program, Umeå universitet, Yrkeshögskolan Novia, Österbottens förbund samt Länsstyrelsen i Västerbottens län har man bildat ett projekt, KLUCK2, som arbetar för att få mera kunskap om inomhusmiljöfrågor i Kvarken-regionen. Detta projekt påbörjades år 2008 och väntas vara avslutat år 2011. Målet med KLUCK-projektet är att få mera information om ämnesområdet och skapa ett svenskt kompetenscentrum som kan fungera som en utbildnings- och informationsportal för näringsliv, inomhusmiljö och hälsotillstånd i österbottniska skolor. (KLUCK2)

Eftersom skolan är ett utrymme där både barn och lärare vistas under en lång tid, kan en dålig miljö inomhus leda till en hälsorisk för dem som vistas där. Ett delprojekt i KLUCK har riktat in sig på skolan som fysisk och psykosocial miljö. Inom delprojektet undersöker man hur personal och studerande/elever upplever relationen till varandra samt hur olika livshändelser, t.ex. mobbning och stress, påverkar dem. (KLUCK2)

Begreppet psykosocial står i anslutning till psykiska och sociala processer (Himberg, Laakso, Peltola & Vidjeskog, 2001, 179). Enligt Vilkkö-Riihelä (2008, 285) avser man med begreppet psykosocial att den psykiska och sociala miljön samverkar. Den psykosociala utvecklingen innefattar förändringar i individens personlighet och i jaguppfattningen. Till den psykosociala utvecklingen hör också förändringar i känslolivet och i det sociala beteendet. Utvecklingens olika delområden står alltid i fast förbindelse med varandra, exempelvis påverkar den fysiska utvecklingen individens psykosociala och

kognitiva utveckling. (Himberg m.fl., 2001, 14).

Vår studie, som berör barns psykosociala hälsa i skolmiljö, visar att elevers känsla av samhörighet i skolan är könsspecifik, men den är även beroende av föräldrarnas involvering och den sociala kompetensen. Flickors självkänsla påverkas om det är flickor som retar dem. De flickor som blir retade p.g.a. sin vikt har dessutom mer psykisk ohälsa. En känsla av nedstämdhet är ett resultat av stress, medan nervositet är ett symptom på stress. Barnen anser ändå att stress kan ses som något positivt, men endast om de kan tänka klart. Stress kan driva dem till att göra saker, satsa mer och ha lättare att komma i tid.

2 Syfte och frågeställningar

Vårt syfte med denna studie är att beskriva vilka olika faktorer som påverkar barns psykosociala hälsa. Våra frågeställningar är:

1. Hur beskrivs psykosocial hälsa eller ohälsa hos barn i ny forskning?
2. Vad berättar aktuell forskning om faktorer som framkallar psykosocial hälsa eller ohälsa hos barn?

Denna studie, som är en del av KLUCK2-projektet, kommer att genomföras som en litteraturstudie där vi använder oss av deduktiv metod. KLUCK2 är ett fortsättningsarbete på det tidigare projektet KLUCK.

3 Teoretiska utgångspunkter

Respondenterna har valt att utgå från Erik H. Eriksons (1999) teori om barnets psykosociala utveckling och Betty Neumans (1994) systemmodell om stressorer. Neumans teori om uppkomsten av reaktioner mot stressorer ansågs relevant med tanke på studiens syfte att undersöka hur mobbning, stress och trivsel påverkar barns psykosociala hälsa. Respondenterna ville ta med Eriksons teori om barnets psykosociala utveckling för att bättre förstå vad psykosocial hälsa i lågstadieåldern innebär samt vilka faktorer som kan inverka antingen positivt eller negativt på den fortsatta utvecklingen. Som bilaga 1 illustreras Eriksons utvecklingskriser för olika åldrar. I detta kapitel ingår även ett stycke om barnets fysiska utveckling i skolåldern, eftersom utvecklingens olika delområden enligt

Himberg m.fl. (2001, 14) alltid står i fast förbindelse med varandra.

3.1 Barnets fysiska utveckling i skolåldern

När barnet börjar närma sig 6-årsåldern blir det oftast en kraftig tillväxtpurt, både när det gäller nervsystemet, längden och vikten. Längden och vikten är oftast ärftligt betingade, men kan även påverkas av yttre faktorer. En bristfällig omsorg och vanvård kan inverka negativt på barnets längd- och viktutveckling. Barn kan även drabbas av ”psykosocial tillväxt”, vilket innebär att det blir ett stillestånd i längdökningen p.g.a. att barnet känner sig stressat. När barnet kommer i en trygg miljö, kommer längdtillväxten igång igen och den tar snabbt igen vad som har förlorats. (Bunkholdt, 1994, 81)

Det sker även en viktig förändring i hjärnan. Myeliniseringen blir färdigt utvecklad och cellernas elektriska aktivitet blir mera moget och ”vuxet”. För barnet är detta ett viktigt skede när det gäller den intellektuella utvecklingen, eftersom nervimpulserna blir snabbare och effektivare. (Bunkholdt, 1994, 82)

Efter denna tillväxtpurt sker det bara små förändringar under de kommande åren. Hos vissa kan motoriken bli sämre under en viss tid, vilket beror på att det skett så stora förändringar under en kort tid och det blir svårt för barnet att hänga med. Barnens kroppar blir även längre och smalare, vilket också gäller fingrar och händer. Barnen har fullt upp med att lära känna sin ”nya” kropp och är därför ofta i rörelse. (Bunkholdt, 1994, 81)

3.2 Barnets psykosociala utveckling

Himberg, Laakso, Peltola och Vidjeskog (2001, 27) citerar Erikson som har formulerat den mest kända teorin som inbegriper människans hela livstid från födelse till död. Kärnan i hans teori från 1950-talet är att individen under olika åldersstadier är tvungen att gå igenom olika livskriser. Människan måste lösa olika uppgifter som är typiska för det åldersstadium som hon befinner sig i. Uppgifterna kan ha biologiska skäl eller ha sin grund i samhällets förväntningar. Ifall människan fastnar i en kris eller inte klarar av att lösa någon uppgift, påverkar det negativt på den fortsatta utvecklingen. (Himberg, m.fl., 2001, 27). Respondenterna kommer att hänvisa till utvecklingskriserna i olika åldrar som bilaga 1.

I spädbarnsåldern har barnet utvecklat en känsla av grundtillit eller grundläggande misstro. När barnet kan lita på att dess vårdare tillfredsställer dess behov, lär det sig att lita på andra och sig själv. Grunden för en identitetskänsla växer fram. En bristande grundläggande tillit kan hos den vuxna ge sig uttryck i en vanemässig flykt till schizoida tillstånd och depressioner. (Erikson, 1999, 224-226).

I småbarnsåldern måste barnet få känna att dess grundläggande tillit till livet inte riskeras av dess plötsliga och ivriga önskan att få välja själv och med envishet göra vissa saker och vägra att göra andra. Barnet kan antingen utveckla en känsla av självständighet eller en känsla av blyghet och tvivel. När omgivningen uppmuntrar barnet till att "stå på egna ben" är det också viktigt att den skyddar barnet mot onödiga, slumpmässiga upplevelser av blygsel och osäkerhet. (Erikson, 1999, 228).

I lekåldern utvecklar barnet en känsla av initiativ eller skuld. Initiativförmågan möjliggör att barnet åtar sig och planerar en uppgift för aktivitetens egen skull när det tidigare ofta varit fråga om envishet som sporrat till trothandlingar. Faran i detta stadium är att skuldkänslor uppkommer inför de mål som barnet har och de handlingar som det utför i sin stora förtjusning över den nyvunna förmågan att röra sig och använda huvudet. (Erikson, 1999, 231-232).

I tidig skolålder är barnet tvunget att glömma sina gamla förhoppningar och önskningar. Samtidigt blir barnets fantasi mer tyglad när läsning, skrivning och räkning påbörjas. Barnet upptäcker att det får bekräftelse genom att göra saker. Barnet inser att det inte för alltid kan stanna hos familjen och är nu beredd att ta till sig vissa kunskaper och uppgifter. Det växer fram en känsla för arbetsflit hos barnet och det kan bli en intresserad och engagerad aktör i ett produktivt sammanhang. Detta produktiva sammanhang har betydelse för barnets stegvisa avstående från lekens nycker och drömmar. (Erikson, 1999, 235).

Skolan blir ofta en hel kulturvärld för sig, där egna mål och gränser samt framgångar och besvikelser ingår. Det finns risk för att barnet i detta stadium får en känsla av otillräcklighet och underlägsenhet. Om barnet tvivlar på sina arbetsredskap och sin kapacitet eller sin status bland arbetskamraterna, kan det bli rädd för att identifiera sig med dem och med sin del av verktygens värld. Om barnet tappar hoppet om en sådan arbetsgemenskap, kan det resultera i ett steg bakåt i utvecklingen. Barnet tvivlar på sina

förmågor i arbetets värld och rent kroppsligt betraktar det sig som medelmåttigt eller odugligt. Flera barns utveckling avstannar för att familjelivet inte tillräckligt förberett dem för skollivet eller för att skoltiden inte har uppfyllt löftena från tidigare barnår. (Erikson, 1999, 236).

Denna fas präglas av ett kortvarigt stillestånd i fråga om drifterna, men alla tidigare drifter framträder på nytt i samband med puberteten. Ur samlevnadens synpunkt är detta ett mycket betydelsefullt stadium, eftersom arbetsfliten innebär att man gör något tillsammans med andra. Det är i denna fas som en första inblick i arbetsfördelningen och olika människors skilda möjligheter växer fram. (Erikson, 1999, 236-237).

3.3 Systemmodell om stressorer

Enligt Betty Neuman (1995, 22) är klienten ett öppet system i växelverkan och total samverkan med miljön. Klienten är i växelverkan med miljön genom att anpassa sig till den eller som ett system anpassa miljön till sig själv. Processen av växelverkan och anpassning leder till varierande grad av harmoni, stabilitet eller balans mellan klienten och miljön. I ideala fall finns en optimal stabilitet i klientsystemet. (Neuman, 1995, 22).

Klient/klient-systemet illustreras som en serie koncentriska ringar eller cirkclar som omger en basstruktur. Klient/klient-systemet ses som en helhet av fysiologiska, psykologiska, sociokulturella, utvecklingsmässiga och andliga faktorer. Kärnstrukturen består av grundläggande överlevnadsfaktorer som är gemensamma för arten, såsom medfödda och genetiska egenskaper samt svagheter och styrkor hos systemdelarna. Klienten som människa eller person har medfödda mekanismer för att upprätthålla en normal temperatur-nivå, olika genetiska reaktionsmönster och styrkor eller svagheter hos kroppsorgan. I relation till de fem faktorerna finns vissa unika egenskaper hos varje klient eller klientsystem, som t.ex. kognitiv förmåga. De koncentriska cirkclarna fungerar till stor del som skyddande mekanismer för basstrukturens eller klientsystemets okränkbarhet. (Neuman, 1995, 26, 45).

Hälsa eller välmående befinner sig på ett kontinuum där sjukdom finns i den motsatta ändan. Hälsa är lika med optimal stabilitet i systemet för klienten. Hälsa växlar i stigande eller sjunkande nivåer genom påverkan av den grundläggande strukturens faktorer och

tillräcklig eller otillräcklig anpassning av klientsystemet till miljöbetingade stressorer. Stressorerna definieras som spänningsframkallande retningar med förmåga att rubba systemets stabilitet (Neuman, 1995, 22, 32).

Den yttre gränsen för klienten som ett system består av skyddande flexibla linjer av försvar. Grundstrukturen är på liknande sätt skyddad av motståndslinjer. Ett funktionellt växelverkande förhållande finns gemensamt bland alla linjer av försvar och motstånd, eftersom varje linje skilt för sig innehåller de fem systemfaktorerna (fysiologiska, psykologiska, sociokulturella, utvecklingsmässiga och andliga) och skyddar de systemkomponenter som tillhör den. Input, output och feedback tvärs över dessa gränslinjer ger möjlighet att genom handlingar förändra, förbättra och stabilisera systemet med målet att uppnå en optimal nivå av välmående. (Neuman, 1995, 25).

Den flexibla linjen av försvar är den yttre ofullständiga cirkeln som omger den normala linjen av försvar. Den skyddar klientens normala eller stabila tillstånd. I ideala fall förebygger den angrepp av stressorer mot klientsystemet, vilket gör att systemet inte utvecklar stressreaktioner. När den flexibla linjen av försvar utvidgar sig, fås ett större skydd mot stressorer och när den krymper minskar skyddseffekten. Den är dynamisk till sin karaktär och kan snabbt förändras i en nödsituation eller vid tillstånd av undernäring, sömnbrist eller uttorkning. En eller flera stressorer kan minska på den flexibla försvarslinjens skyddande effekt. När den normala linjen av försvar är otillräcklig mot en specifik stressors påverkan uppkommer en reaktion inom klientsystemet. När den normala linjen av försvar har genomträngts av en stressor, får klienten symptom av instabilitet och sjukdom. (Neuman, 1995, 26-27).

Den normala linjen av försvar är en stabil gränslinje som omger de ofullständiga inre försvarslinjerna. Denna linje ger en bild av klientens status som med tiden utvecklats. Klient-systemets anpassning till miljöbetingade stressorer bestämmer klientens stabilitet eller allmänna välmåendenivå. Den normala linjen av försvar påverkas av systemfaktorerna (fysiologiska, psykologiska, sociokulturella, utvecklingsmässiga och andliga), copingstrategier, livsstilsfaktorer, utvecklingsmässiga och andliga inflytelser samt kulturella aspekter. Vilken stressor som helst kan genomtränga den normala linjen av försvar om denne är otillräckligt skyddad av den flexibla linjen av försvar. Den normala linjen av försvar är dynamisk eftersom den kan utvidga sig eller krympa med tiden. Linjen

har en dynamisk förmåga att upprätthålla sin stabilitet för att kunna bemästra stressorer och bevara systemets okränkbarhet. (Neuman, 1995, 30).

De koncentrisk, ofullständiga cirkelarna som omger basstrukturen ses som linjer av försvar för klienten. De aktiveras när den normala linjen av försvar genomträngs av miljöbetingade stressorer. Försvarslinjerna innehåller vissa kända och okända inre och yttre faktorer som stöder klientens grundläggande struktur och den normala försvarslinjen, vilket skyddar systemets okränkbarhet. Ett exempel på försvarslinjernas funktioner är kroppens aktivering av immunförsvaret. (Neuman, 1995, 30).

4 Teoretisk bakgrund

Respondenterna har valt att hänvisa till lagar och rekommendationer som berör barnets välbefinnande och skolinstanten för att få bredare insikter i forskningsområdet. För att läsaren bättre skall förstå vad som avses med mobbning, stress och trivsel i skolan har respondenterna förklarat begreppen med hjälp av litteratur från Stakes (2002, 2006), Olweus (1999) och Ellneby (1999).

4.1 Barns rättigheter

Barnombudsmannen i Finland har som uppgift att ta till vara barnets rättigheter. Genom att barnombudsmannen talar till förmån för barnen påverkas samhällspolitiken. Barnombudsmannen är därmed en förstärkare av barnens röst. Arbetet som barnombudsmannen har grundar sig på FN:s konvention om barnets rättigheter. (Barnombudsmannen, 2009)

Mannerheims Barnskyddsförbund är Finlands största barnskyddsorganisation som har som mål att främja barnets och familjens välbefinnande, öka respekten för barndomen och ge den en mer framträdande plats i samhället samt att få barnens synpunkter beaktade i beslutsfattandet. Mannerheims barnskyddsförbund har under flera år ordnat evenemanget Skolfred i början av läsåret. Avsikten med att utlysa Skolfred är att påminna alla om att var och en i skolan har rätt till en trygg och jämlik inlärningsmiljö. Skolfreden innebär att ingen skall mobbas, diskrimineras eller lämnas ensam, utan att alla ska få arbetsro. (Mannerheims Barnskyddsförbund, [u.å.])

4.1.1 Lag om grundläggande utbildning 21.8.1998/628

När den grundläggande utbildningen ordnas, skall man enligt Lagen om grundläggande utbildning (1998/628) ta i beaktande elevernas ålder och förutsättningar (§3, kap. 1). Man skall befrämja en sund uppväxt och utveckling. När utbildningen genomförs, krävs det att man samarbetar med hemmen.

Enligt Lagen om grundläggande utbildning (1998/628) skall elevernas arbetsmängd vara anpassad så att arbetsmängden inte är större än den tid det tar för skolgången, skolresorna och hemuppgifterna. Detta för att eleverna skall få tillräcklig tid för vila, rekreation och fritidsintressen (§24, kap. 6).

Den som deltar i utbildning har rätt till en trygg studiemiljö. När läroplanen utarbetas, skall utbildningsanordnaren framställa en plan så att eleverna skyddas mot våld, mobbning och trakasseri. Planen skall verkställas och det skall övervakas att den iakttas. En ordningsstadga eller ordningsbestämmelser som skolan skall tillämpa bör godkännas av utbildningsanordnaren. Detta görs för att främja intern ordning och ostörda studier i skolan, samt för att öka tryggheten och trivseln i skolsamfundet. Regler om praktiska arrangemang och korrekt uppförande, som är nödvändiga för trygghet och trivsel i skolan, kan utfärdas enligt ordningsstadga och andra ordningsbestämmelser. Regler om hur skolans egendom får hanteras, hur man får vistas och röra sig i skolbyggnaden och på skolområdet kan även utfärdas (§29, kap. 7).

4.1.2 Barnskyddslagen 417/2007

Syftet med Barnskyddslagen (2007/417) är att säkerställa att barnet får en trygg uppväxtmiljö, en harmonisk och mångsidig utveckling samt att värna för ett särskilt skydd (§1, kap. 1). Barnets föräldrar och andra vårdnadshavare, som har huvudansvaret för barnet, skall därmed trygga en harmonisk utveckling och välfärd för barnet. De myndigheter som arbetar med barn och familjer skall stödja föräldrar och vårdnadshavare i uppgiften som fostrare, samt erbjuda hjälp i ett tidigt skede och vid behov hänvisa barnet och familjen till barnskyddet (§2, kap. 1).

Enligt Barnskyddslagen (2007/417) skall barnskyddet se till att barnets gynnsamma utveckling och välfärd främjas. Det skall stödja föräldrarna, vårdnadshavarna och personer

som ansvarar för barnets vård gällande fostran av och omsorg om barnet. Barnskyddet strävar till att förebygga barnets och familjens problem samt att tidigt ingripa i problem som observerats. (§4, kap. 1).

Enligt Barnskyddslagen (2007/417) bör kommunen ordna skolpsykolog- och skolkurator-tjänster som ger adekvat stöd och handledning. Detta för att förebygga och övervinna sociala och psykiska svårigheter som hänför sig till skolgången och elevernas utveckling. Dessa tjänster skall främja ett bättre samarbete mellan hem och skola (§9, kap. 2).

4.1.3 Barnkonventionen

FN:s generalförsamling godkände den 20 november 1989 Konventionen om barnens rättigheter som kom att bli en ny tidsera för arbetet med barn och unga. Detta är första gången som ett internationellt bindande avtal gjorts för barns mänskliga rättigheter och som anger världssamfundets syn på barns rättigheter. (Barnombudsmannen, 1999, 6)

Barnkonventionen består av en inledning och 54 artiklar. Principerna sammanfattas i inledningen som har ledsagat utformningen av konventionen. Konventionen fortsätter efter inledningen med 41 sakartiklar där de fyra huvudprinciperna kommer fram samt en artikel som berör genomförandet av konventionen. Efter detta följer 13 artiklar som omfattar bestämmelser om bl.a. övervakning och hur en konvention skall tas emot av ett land. (Barnombudsmannen, 1999, 14)

De fyra huvudprinciperna är grunden för hur man tolkar och förverkligar de andra sakartiklarna. Huvudprinciperna är: rättigheterna i konventionen gäller alla barn utan diskriminering, barnets bästa skall komma i främsta rummet vid alla åtgärder som berör barn, barnet har rätt till sitt liv och har rätt att utvecklas samt barnet har rätt att göra sig hörd och få sina åsikter respekterade. (Barnombudsmannen, 1999, 14-15)

4.2 Mobbning

Med mobbning i skolmiljö menar man upprepat psykiskt, verbalt eller fysiskt våld som en eller flera barn eller vuxna utsätter ett offer för. Syftet med mobbningen är att medvetet vid upprepade tillfällen få offret att känna sig illa till mods. Det som är typiskt för mobbning är obalans i maktförhållandet, den som blir retad är på något sätt försvarslös i förhållande till

den som mobbar. Mobbning försvårar skolgången och kan leda till psykiskt och fysiskt lidande för mobboffret. (Stakes, 2006, 64-65).

Mobbning kan vara direkt mobbning med t.ex. slag, skällsord, kränkande och hånfulla kommentarer eller hotelser. Det kan även vara indirekt mobbning i form av utfrysning, att inte få tillåtelse att vara med i kamratkretsen, att bli utsatt för baktalning eller att någon hindrar en från att få vänner. Mobbning sker till största del bland elever i samma klass eller årskursnivå. Det är även avsevärt fler pojkar än flickor som mobbar och många flickor mobbas främst av pojkar. Det har även visats att fler pojkar än flickor är mobboffer. (Olweus, 1999, 9-10, 12).

En ny form av mobbning förekommer på Internet. Det kan vara t.ex. att ladda upp bilder på en annan person, kritisera andras bilder eller sprida osanna rykten om andra. ”Netikett” är en lista på rättigheter och skyldigheter på Internet. I den framkommer att varje användare har rätt till integritet, att bli lämnad i fred, att inte bli lurad, att komma ihåg att andra nätanvändare har känslor samt att varje användare har rätt till vad användaren själv har skapat. (Mannerheims Barnskyddsförbund, [u.å.])

4.3 Stress

Stress är en reaktion som uppkommer när man blivit utsatt för stora fysiska, emotionella eller intellektuella krav och påfrestningar. Ellneby refererar till stressforskaren Hans Selye som delar upp reaktionen i fyra stadier: alarm, motstånd, utmattning och återhämtning. Den moderna stressforskningen kommer fram till att stress är en dynamisk process där individens kunnande ställs mot omgivningens krav. Det är därför människor reagerar olika på en påfrestning. (Ellneby, 1999, 31-32)

När man blir stressad påverkas även kroppens fysiologiska larmsystem, vilket leder till att puls och blodtryck höjs men även andhämtningarna blir snabbare och musklerna spänns. Dessa stressreaktioner hade tidigare en uppgift att göra förfäderna beredda på kamp, flykt eller muskelarbete vid hot eller fara. Samma stressreaktioner framkallas även på nutidens människor, men i dagens läge kan de vara mer till skada än till nytta eftersom dagens problem inte alltid går att lösa med muskelkraft. Påfrestningarna är idag mera psykiska än fysiska, vilket gör att stresshormonet ligger på en högre nivå än normalt. Detta gör att en

långvarig, intensiv och återkommande stress leder till olika stressrelaterade sjukdomar. (Ellneby, 1999, 32)

Samhället förändras hela tiden och ställer nya krav på ens förmåga och prestation. Problemet är att hjärnan inte har förändrats. Eftersom hjärnorna inte kan förändras, bör man framkalla ett samhälle där man tar hand om och hanterar stressen. Förändringen ska ske redan på mödra- och barnrådgivningen eftersom goda förhållanden under spädbarnstiden gör det lättare att hantera stress senare i livet. (Ellneby, 1999, 33-34).

Att barnen går i skolan motsvarar den vuxnes arbete, men på andra villkor. De vuxna har bl.a. möjlighet att välja arbete medan barnen inte har något val. Skolan är uppbyggd på teori, prov och kontroller, vilket leder till konkurrens mellan barnen. För de barn som inte har orken att studera, har synsvårigheter, hörselproblem eller är sen i mognaden kan denna konkurrens upplevas som mycket frustrerande. Därför är många skolbarn utsatta för kronisk stress. (Ellneby, 1999, 59).

Skolornas klassrum begränsar barnens rörelsefrihet och i vissa fall är skolgården en stenöken. Många barn känner sig stressade av skolans traditionella metoder där lärarna jäktar dem mellan olika ämnen. Barn har även svårt att se vad skolans arbete kan leda till i framtiden. (Ellneby, 1999, 33-34).

Det sker ändå positiva förändringar inom skolorna. En skola i Danmark är ett exempel där man sätter vikt på elevernas lust att lära sig och man använder klassrummen på ett flexibelt sätt. Genom att barn forskar, skapar och koncentrerar sig på ett ämne i taget kan kunskap förmedlas. Detta gör att barnen får ett sammanhang i undervisningen och lär sig för livet. (Ellneby, 1999, 33-34).

4.4 Trivsel

Stämningen i skolan påverkas av hur personalen kan samarbeta kring läroplanen och genomförandet av läroplanen. Även skolans tillgångar och skolbyggnaden har en inverkan på stämningen. För att utveckla skolan positivt är det viktigt att samarbetet mellan elev, lärare, föräldrar och andra medverkande fungerar. (Stakes, 2002, 49).

I skolan behövs det personal på chefsnivå som framhåller behovet av klara mål, rättvisa och agerande vid instabila händelser. Att skolan har en bra stämning, ett gott ledarskap och ett bra samarbete leder till att eleverna känner sig trygga. Detta gör att eleverna upplever det intressant, belönande och stimulerande att lära sig nya saker. (Stakes, 2002, 49).

Skolgården och skolbyggnaden skall vara en trygg plats och därför bör luftkvaliteten inomhus, ergonomin, ljud och olycksrisker speciellt uppmärksammas. Den som ansvarar för utbildningen skall vara medveten om elevernas maximimängd i ett klassrum. Man skall beakta klassrummets storlek, luftkonditionering och dess kraft samt andra bestämmelser om arbetarskyddet. (Stakes, 2002, 48).

Eftersom eleverna växer och utvecklas snabbt, men inte i jämn takt med varandra, leder det till feldimensionerade arbetsbord och stolar för eleverna. Detta gör att många elever får huvudvärk, värk i nacke och skuldror samt i ryggen. Eleverna kan få bestående skador av fel arbetsställning. När eleverna börjar klaga på värk i nacke, skuldror eller ryggont, bör skolhälsovårdaren ta reda på hur möblerna och inredningen påverkar eleverna samt hur skolarbetets påfrestning inverkar. Möbler som är ergonomiskt utformade kan främja elevernas hälsa och öka inlärningskapaciteten. (Stakes, 2002, 49).

5 Tidigare forskning

Respondenterna utför en litteraturstudie om barns psykosociala hälsa, som är ett omfattande forskningsområde. Därför har respondenterna valt att koncentrera sig på hur mobbning, stress och trivsel i skolan påverkar 7-12-åriga barns psykosociala hälsa. Dessa tre teman har valts på basen av frågorna i enkätstudien inom ramen för KLUCK-projektet, vars syfte varit att bl.a. undersöka sambandet mellan inomhusluft och hälsa i österbottniska skolor. Respondenterna har sökt tidigare forskning med fokus på mobbning, stress och trivsel via databasen Cinahl/Ebsco. Ämnesord som använts är bl.a. "child", "school" och "bullying", vilket resulterade i sammanlagt 9 forskningar. Studierna har indelats i olika kategorier: mobbning, stress och trivsel i skolan.

5.1 Mobbning i skolan

Dake, Price och Telljohann (2003), Rigby (2003) samt Patterson (2005) har i sina litteraturstudier undersökt hur hälsan påverkas hos barn som blir utsatta för mobbning. Ett av de gemensamma ämnena som tas upp i samtliga studier är mental ohälsa. Dake m.fl. (2003) kom i sin studie fram till att barn som blir mobbade riskerar att bli deprimerade och att få ångest. Rigby (2003) tog upp att psykologiska problem, såsom ångest, depression och självmordstankar, är vanliga hos de barn som blir mobbade och enligt Patterson (2005) finns det bevis på att depression även förekommer hos dem som mobbar.

Rigby (2003) och Dake m.fl. har i sina studier upptäckt att barn som blir mobbade även riskerar att få olika fysiska hälsoproblem. Rigby (2003) tog upp att psykosomatiska symptom är något som uppkommer hos de barn som mobbas och Dake m.fl. (2003) kom i sin studie fram till att barnen får sömnproblem, inkontinensproblem på natten, huvudvärk och magknip.

Att ha dålig självkänsla efter att man har blivit mobbad är ett gemensamt ämne som tas upp av Dake m.fl. (2003) och Rigby (2003). Dakes m.fl. studie (2003) visar att mobbade känner sig ensamma och har dålig självkänsla jämfört med dem som inte blir mobbade. I Rigbys studie (2003) blev resultatet att barn som blir utsatta för mobbning är ledsna, får dålig självkänsla och känner sig arga och besvikna.

5.2 Stress i skolan

Taxis, Rew, Jackson och Kouzekanani (2004), Sorensen (1991) samt Osika, Friberg och Wahrborg (2007) visar med sina studier att det går att undersöka förekomsten av stress hos barn. Taxis m.fl. (2004) och Sorensens (1991) studier har tagit fasta på copingmetoder som barn använder för att hantera stress, medan Osikas m.fl. (2007) studie behandlar ett test som konstruerats för att kunna screena för stress hos skolbarn.

Resultaten av Taxis m.fl. (2004) studie visar att social samhörighet och frekvensen av använda copingstrategier har störst betydelse för skillnaderna i upplevelsen av stress. Att känna sig sjuk är den vanligaste stressfaktorn bland deltagarna, medan att titta på TV, lyssna på musik, rita, skriva eller läsa något hör till de mest rapporterade copingmetoderna. I resultaten av Sorensens (1991) studie framkommer på liknande sätt ofta använda coping-

metoder, exempelvis fri lek, att lyckas i någon uppgift, att vara hemma och få stöd från vänner. Resultaten av Osikas (2007) m.fl. studie pekar på att det är möjligt att undersöka stress hos barn med hjälp av ett frågeformulär.

5.3 Trivsel i skolan

Lindberg och Swanberg (2006), Konu och Lintonen (2006) samt Lindstrom Johnson (2009) har alla i sina studier undersökt på vilka olika sätt välbefinnandet påverkas hos skolbarn. I samtliga studier tas frågan kring mental ohälsa upp. Lindberg och Swanberg (2006) undersökte om mental ohälsa är en riskfaktor för välbefinnandet. Resultatet visar att ångest/att vara deprimerad och somatiska symptom är riskfaktorer för välbefinnandet hos skoleleverna. Konu och Lintonen (2006) tar upp hur man kan befrämja mental hälsa och välmående i skolor. Världshälsoorganisationen har uppmuntrat till att man skall nå ut till hela skolan genom att skapa en miljö för emotionellt och socialt välmående. Lindstrom Johnson (2009) kom i sin litteraturstudie fram till att våld i skolor kan inverka psykologiskt på välmåendet hos barn och att det i sin tur kan förstöra inlärningsprocessen.

Konu och Lintonen (2006) och Lindstrom Johnson (2009) tar i sina studier även fasta på frågan kring välmående i skolan. Syftet med Konu och Lintonens (2006) studie var att tillgodose ett sätt för skolorna att mäta välmående på. Med välmående menar de skolans tillstånd, sociala relationer, medel för självförverkligande och hälsostatus. Resultaten visar att elever i lågstadiet upplever större välmående i skolan än elever i högstadiet och gymnasiet. Flickor och yngre elever värderar skolans välmående positivare. Enligt Lindstrom Johnson (2009) kan våld i skolan inverka på olika sätt på välmåendet hos elever och lärare i skolan. I skolor där det finns mindre våld tenderar eleverna att vara mer medvetna om skolans regler och har en tro på att de är rättvisa.

Konu och Lintonen (2006), Lindstrom Johnson (2009) samt Lindberg och Swanberg (2006) tar ytterligare fasta på sociala relationer i skolan. Enligt Konu och Lintonen (2006) är sociala relationer en del av välmående i skolan. I Lindstrom Johnsons (2009) litteraturstudie framkommer det att elever som är medvetna om skolans regler har positiva relationer till sina lärare och känner medlemskap i skolan. Syftet med Lindberg och Swanbergs (2006) studie var att undersöka om bl.a. relationer var en skyddande faktor eller en riskfaktor för välbefinnandet hos 12-åriga skolelever. Resultatet visar att relationen till lärare, skolan och kamrater är faktorer som anses skydda välbefinnandet.

6 Metoder och tillvägagångssätt

Examensuppsatser görs ofta som litteraturstudier. I litteraturstudier skall det ingå bl.a. bakgrund, syfte, frågeställningar och insamlingsmetod. Litteraturen, som vanligen består av vetenskapliga artiklar eller rapporter, utgör informationskällan. (Olsson & Sörensen, 2007, 87).

Respondenterna utför en litteraturstudie med kvalitativt närmelsesätt. Undersökningens material består av 15 tvärvetenskapliga artiklar som har både nordiskt och internationellt ursprung. Fokuset har dock varit på nordiska forskningar som berör barn i åldern 7-12 år. Samtliga artiklar har analyserats med ett deduktivt tillvägagångssätt. För att läsarna tydligt skall kunna se vilka studier som inkluderats i analysen, har respondenterna valt att göra en översiktsartikel som finns med som bilaga 2.

6.1 Undersökningens praktiska genomförande

Med litteraturgenomgång avses en systematisk strävan att hitta publicerad information som skall användas i undersökningen. En genomgång av litteratur kan uppfattas som en kritisk och betydelsefull del av forskningsstudien. Ofta utför man en litteratursökning genom att söka med specifika ämnesord och nyckelord i olika databaser. (Forsberg & Wengström, 2008, 56).

Respondenterna har haft som inkluderande kriterier vid artikelsökning att studierna bör vara vetenskapliga och förhandsgranskade (peer reviewed) originalartiklar, publicerade från år 2000 och framåt och de skall beröra barn i åldern 7-12 år. Respondenterna har fokuserat på nordiska artiklar, men har tagit med internationella artiklar för att få en bredare syn på forskningstemat. Svårigheter att hitta tillräckligt med nordiska forskningar av god kvalitet har även gjort att respondenterna valt att inkludera internationella artiklar. Resultatet blev sammanlagt 15 tvärvetenskapliga artiklar. Samtliga artiklar är empiriska, vilket innebär att de anknyter till verkliga erfarenheter. Som exkluderande kriterier har respondenterna haft studier som blivit publicerade tidigare än år 2000, forskningar som bygger på tidigare studier (litteraturreview) eller där de undersökta barnen i huvudsak varit yngre än 7 år eller äldre än 12 år.

För att avgränsa forskningsområdet valde respondenterna att fokusera på hur mobbning, stress och trivsel i skolan påverkar barns psykosociala hälsa, vilket har genomsyrat litteraturstudiens teoretiska referensram och litteratursökning. Dessa tre teman bestämdes på basen av enkätstudien inom ramen för KLUCK-projektet. Efter att litteratursökningen slutförts, valde respondenterna att dela upp artiklarna sinsemellan och analysera dem med deduktiv innehållsanalys.

En översiktsartikel, som kort sammanfattar de olika artiklarna, finns med som bilaga 2. På detta vis får läsaren en snabb överblick av de inkluderade studierna. Resultaten presenteras i kapitel enligt de på förhand bestämda temana mobbning, stress och trivsel i skolan samt kategorierna som framkommit i innehållsanalysen. Respondenterna tolkar sedan resultaten mot de teoretiska utgångspunkterna, den teoretiska bakgrunden och tidigare forskning.

Respondenterna har använt sig av databasen Cinahl/Ebsco i litteratursökningen. Frågor som har ställts till forskningarna lyder som följande: Hur påverkar mobbning i skolan barns psykosociala hälsa? Hur påverkar stress i skolan barns psykosociala hälsa? Hur påverkar trivsel i skolan barns psykosociala hälsa? Sökord som har använts är t.ex. "children", "school", "bullying", "stress", "environment" och "health". Detta illustreras i en sökhistoriktabell nedan.

Tabell 1. Sökhistoria

Databas	Datum	Sökord	Antal träffar	Använda artiklar
Cinahl/ Ebsco	16.2.2010	Bullying and Children	59	2
Cinahl/ Ebsco	16.2.2010	Bullying and Child and School	996	1
Cinahl/ Ebsco	17.1.2010	Children and Connectedness and School	9	1
Cinahl/ Ebsco	10.2.2010	Children and Environment and School	195	1

Cinahl/ Ebsco	10.2.2010	Environment and Health and Schoolchildren	4	1
Cinahl/ Ebsco	10.2.2010	Health and Psychosocial and Schoolchildren	13	2
Cinahl/ Ebsco	22.1.2010	School and Children and Finland	10	2
Cinahl/ Ebsco	16.2.2010	School and Mental health and Child	1933	2
Cinahl/ Ebsco	17.1.2010	School and Stress and Sweden	6	1
Cinahl/ Ebsco	17.1.2010	Stress in school-age children	18	2

6.2 Innehållsanalys

Kyngäs och Vanhanen (1999, 4) skriver att innehållsanalys är en metod som används för att analysera dokument systematiskt och objektivt. Metoden möjliggör organisering, beskrivning och kvantifiering av det undersökta fenomenet. Innehållsanalys kan med fördel tillämpas när man vill analysera ostrukturerat material, såsom dagböcker, brev, rapporter, artiklar och annat skriftligt material.

Vid deduktiv analys utgår man från ett tidigare begreppssystem vid kategorisering av materialet. Före man inleder analysen finns det skäl att bestämma ifall man endast analyserar det som står tydligt i dokumentet eller analyseras också det som står mellan raderna i materialet. Undersökningens syfte och frågeställningar hjälper forskaren att avgöra huruvida innehåll han vill analysera. (Kyngäs & Vanhanen, 1999, 5).

Man börjar med att definiera analysenheten. Den vanligaste analysenheten är ett ord eller en ordkombination, men det kan också handla om en mening, utsaga eller tankehelhet. En analysenhet kan även vara en bokstav, antal sidor, antal människor som deltagit i diskussionen eller den tid som använts för diskussionen, beroende på vad undersökningens syfte är. Efter att analysenheten bestämts, läser man igenom materialet upprepade gånger

och ställer frågor till texten, vilket utgör en grund för analysen. (Kygäs & Vanhanen, 1999, 5).

Friberg (2006, 110-112, 121) menar att man vid analys av artiklar skall läsa igenom studierna flera gånger, med fokus på resultaten, för att få en känsla om vad de handlar om. Man bör koncentrera sig på varje artikels resultat och vad som bygger upp det resultatet. De nyckelfynd som finns i studiernas resultat skall identifieras. För att få en överblick av analysen sammanställer man varje studies resultat med en schematisk översikt. Likheter och skillnader mellan de olika studiernas resultat relateras till varandra. Det som har likheter sammanförs och nya övergripande teman skapas. Efter att ha fått fram likheter och skillnader skall materialet sorteras. När man jämför flera studier som behandlar samma område kan man granska likheter och/eller skillnader i teoretiska utgångspunkter, i metodologiska tillvägagångssättet, i analysgången, i resultat innehåll samt i hur författarna tolkar resultaten.

När man presenterar undersökningens resultat, skall modellen, begreppssystemet, begreppskartan eller kategorierna som uppkommit under analysen alltid framkomma. Man redogör också för kategoriernas innehåll med hjälp av underkategorierna och de förenklade uttrycken. (Kygäs & Vanhanen, 1999, 10).

När analysarbetet är klart, skall det presenteras på ett läsbart sätt och en beskrivning skall formuleras med grund i de nya temana som uppstått. Resultatet skall sedan struktureras från temana som formulerats i analysen. För att göra det mer lättförståeligt kan t.ex. en figur skapas som beskriver hur temana hänger ihop. (Friberg, 2006, 112)

6.3 Översiktsartikel

En översiktsartikel är produkten av integrerad forskning som systematiskt identifierar, analyserar, sammanhåller och eventuellt sammanflätar enskilda forskningsresultat kring ett bestämt fenomen eller en problemställning. Avsikten med en översiktsartikel är att existerande forskningslitteratur om ett bestämt tema presenteras för att man skall få fram vilka frågeställningar som blir besvarade i litteraturen och på vilket sätt de blir besvarade. En översiktsartikel är det resultat man får av att identifiera och samla in relevant litteratur om temat och av att göra en grundlig analys av litteraturen. Delarna man får från detta skall

sammanhållas och/eller syntetiseras så att en ny fullständig förståelse av temat uppstår. (Kirkevold, 1996, 103)

En översiktsartikel anger kort resultatet av det viktigaste i de relevanta undersökningarna inom det bestämda området. Artikeln ger en snabb översikt av undersökningarnas innehåll. Förutom att översiktsartikeln ger en summering av de relevanta undersökningarna ger den också en kategorisering av artiklarna, vilket ger en bättre översikt och förståelse av de olika dimensionerna kring ämnet. (Kirkevold, 1996, 107)

6.4 Forskningsetik

Med all typ av forskning strävar man till att finna ny kunskap, men oftast finns det flera tänkbara tolkningar framom en enda sanning. En forskare bör med olika sätt försöka visa trovärdigheten av sina resultat. Trovärdigheten i en forskning inbegriper även det sätt forskarens förförståelse och erfarenhet påverkat analysen. (Lundman & Hällgren Graneheim, 2008, 169).

Kvantitativa och kvalitativa studier varierar till bl.a. graden av närhet och distans till forskningsobjektet. Forskare som utför kvalitativa studier växlar mellan närhet och distans till det som ska undersökas och blir således medskapare i forskningsprocessen. (Lundman & Hällgren Graneheim, 2008, 160-161).

För att diskutera frågan om hur trovärdigt ett resultat i en kvalitativ studie är används enligt Lundman och Hällgren Graneheim (2008, 161) ofta begreppen giltighet, tillförlitlighet och överförbarhet. Ett resultat ses som giltigt om det lyfter fram de faktorer som är representativa för det som var tänkt att beskrivas. Med tillförlitlighet avses att forskaren noggrant verifierar sina ställningstaganden under hela forskningsprocessen. Överförbarhet handlar om i vilken grad resultatet kan överföras till andra grupper eller situationer. (Lundman & Hällgren Graneheim, 2008, 169-170).

Resultaten är mer ”färgade” av forskaren vid studier med kvalitativ ansats jämfört med studier av kvantitativ karaktär. Vid bedömning av kvalitativa studiers trovärdighet används ofta reflekterande och resonerande metoder, t.ex. konsensusförfarande. Med konsensus förfarande vill man uppnå samstämmighet vid tolkning av texter med hjälp av diskussion

och reflektion mellan deltagarna i forskningen. (Lundman & Hällgren Graneheim, 2008, 161).

Respondenterna har använt sig av deduktiv metod i litteraturstudien. Vid litteratursökningen har respondenterna valt att fokusera på artiklar som berör lågstadbarn och mobbning, stress och trivsel i skolan. Litteratursökningen resulterade i 15 tvärvetenskapliga artiklar som analyserats med innehållsanalytisk metod. Respondenterna har delat in sina resultat i kapitel enligt de tre temaområdena mobbning, stress och trivsel i skolan. För att tidsmässigt underlätta analysen av artiklarna valde respondenterna att dela upp artiklarna sinsemellan enligt de tre temana som bestämts på förhand. Respondenterna anser att en mindre mängd artiklar och ett temaområde att koncentrera sig på möjliggjorde en noggrann innehållsanalys av artiklarna. Nackdelen är att respondenterna på detta vis inte bearbetat varandras artiklar för att nå ett informerat samtycke om resultaten, men ett schema över begreppskategoriseringen som bilaga 3 visar hur respondenterna tänkt i sin analysprocess.

Respondenterna försökte hålla sig så objektiva som möjligt under innehållsanalysen. Att undersöka hur mobbning, stress och trivsel påverkar barns psykosociala hälsa upplevdes som en intressant uppgift, men samtidigt hade respondenterna vissa förväntningar på resultaten. Mobbning och stress är allmänt negativt laddade begrepp och trivsel ett positivt laddat begrepp, vilket gjorde att respondenterna antog att mobbning och stress i skolan i hög grad skulle ge negativa följder och trivsel i skolan positiva följder för barnets psykosociala hälsa.

Det faktum att alla artiklar som använts i studien är engelskspråkiga har försvårat förståelsen av innehållet och översättningsarbetet. Respondenterna försökte vara noggranna med att kontrollera i ordböcker när något ord var obekant eller tvetydigt. Vid översättningen av texten strävade respondenterna efter att återge det viktigaste innehållsmässigt.

7 Resultat

De analysenheter som kommer att användas är stress, mobbning och trivsel i skolan. För att underlätta läsandet har **analysenheterna svärtats** och *kategorierna kursiverats*. Analysenheter kan definieras som ord (Kyngäs & Vanhanen, 1999, 5). Resultaten ger svar på de forskningsfrågor som tidigare uppställts. Som bilaga 2 finns en översiktsartikel där läsaren snabbt får en överblick av syftet, metoden och resultaten av de forskningar som inkluderats i analysen. Respondenterna har dessutom som bilaga 3 en översikt av begreppssorteringen, som visar hur respondenterna har gått tillväga vid skapandet av kategorierna.

7.1 Mobbning i skolan

Mobbning i skolan utgör en analysenhet. Kategorierna benämns som *psykisk ohälsa, aggressioner, nedstämdhet och dåligt självförtroende*.

I en undersökning gjord av Nordhagen, Nielsen, Sigum och Köhler (2005) framkommer det att barn som blir **mobbade** har mer *psykisk ohälsa* jämfört med de barn som inte blir mobbade. I en annan undersökning gjord av van der Wal, de Wit och Hirasings (2003) visar resultaten att *psykisk ohälsa* är vanligt hos de 9-13-åringar som blir indirekt **mobbade** i skolan. Detta gäller inte bara flickor utan även pojkar. Van der Wal m.fl. (2003) beskriver i studien att indirekt mobbning innebär social isolering, såsom att ignorera och baktala någon medan direkt mobbning innebär all fysisk och verbal aggression, såsom att bli sparkad, slagen eller retad. I van der Wals m.fl. (2003) studie framkommer det även att det inte bara är hos **mobbade** barn som *psykisk ohälsa* förekommer, utan även hos de flickor och pojkar som ofta eller nu som då mobbar andra barn.

I Flannerys, Westers och Singers studie (2004) framkommer *psykisk ohälsa* som ett symptom av att ha blivit utsatt för våld i skolan. Studien visar också att det är främst barn i åldern 6-12 år som upplever *psykisk ohälsa*. I en undersökning gjord av Kutob, Senef, Crago och Shisslak (2010) framkommer det att *psykisk ohälsa* även har ett samband med att bli retad i skolan. Flickor, som blivit retade av antingen en flicka eller en pojke angående sin vikt, rapporterade mera *psykisk ohälsa* än de flickor som blivit retade av både en flicka och en pojke samtidigt.

Att bli utsatt för våld i skolan, t.ex. att bli puffad eller slagen av någon, kan leda till *aggressioner*, vilket framkommer i Flannerys, Westers och Singers studie (2004). I studien framkommer det även att det är främst barnen i klasserna 3-8 som känner *aggressioner* efter våld.

I en studie gjord av O'Brennan (2008) fick eleverna i klasserna 4-12 svara på en web-baserad undersökning där eleverna frågades om sina erfarenheter av mobbning. Resultaten visar att *nedstämdhet* uppstår hos de barn som blir **mobbade** i skolan. Det kom även fram att *nedstämdhet* har en tendens att öka med åldern, d.v.s. ju högre klass barnen går i, desto mera påverkas de av *nedstämdhet* när de blir **mobbade**.

Att bli retad i skolan leder till *dålig självkänsla*. Det visas i en undersökning där information har samlats in under en fyra års period av Kutob m.fl. (2010). Självkänslan hos flickor i klass fyra och fem fick en negativ inverkan om de blev retade av andra flickor.

Ur dessa resultat kan man dra följande slutsatser: *psykisk ohälsa* är inte könsspecifikt och det är även vanligt hos de barn som mobbar. Den psykiska hälsan och självkänslan hos en flicka påverkas negativt beroende på om hon blir mobbad av flickor, pojkar eller både och.

7.2 Stress i skolan

Stress i skolan utgör en analysenhet. Kategorierna benämns som *aggression*, *nervositet*, *nedstämdhet*, *konfusion*, *känslor av ohälsa* samt *ökad motivation*.

Aggression är en känsla som framkommer som ett resultat av **stressfaktorer** i skolan i Hjerns, Alfvens och Östbergs studie (2007). I klasserna 3-6 har stressorerna att få för många skoluppgifter, att bli antastad av klasskamrater och att bli dåligt bemött av läraren samband med uppkomsten av *aggression*. Att bli utsatt för flera typer av antastning i skolan varje vecka har det största sambandet med förekomsten av *aggression*.

I en annan undersökning framkommer på liknande sätt en koppling mellan **stressfaktorer** och känslor av ilska och *aggression*. **Stressfaktorer** relaterade till skolan i studien är rädsla för att komma försent till skolan, att inte hålla takten med klasskamraterna i skoluppgifter samt att inte ha tillräcklig tid med skolarbeten för att kunna uppnå tillfredsställande resultat. (Brobeck, Marklund, Haraldsson & Berntsson, 2007).

Enligt Sharrers och Ryan-Wengers (2002) studie ger stressorer upphov till *aggression* och en vilja att slå. Lågstadiet barn i åldern 7-12 blev frågade om hur de uppfattar **stress** och vilka erfarenheter de har av **stress**, stresssymptom samt olika copingmetoder. Forskarna indelade resultaten i kategorier med fysiologiska och kognitiva/emotionella symptom. Det mest förekommande kognitiva/emotionella symptomet på **stress** är att bli arg, men på nionde plats enligt hur ofta barnen nämnt symptomen framkommer viljan att slå någon. Att vilja slå någon hör också till de mest rapporterade stresssymptomen i undersökningen av Skybo och Buck (2007). Att vilja slå någon är ett symptom som mest uppkommer i början av skolarbetet samt under provveckan i mars. I studien har man undersökt fjärdeklassisters uppfattning om kunskapstest, andra samtidiga stressfaktorer, **stress**symptom och copingstrategier. Mest förekommande **stress**faktorer som är relaterade till skolmiljön är prov, för mycket skolarbete, att komma försent samt dåliga vitsord.

I Skybos och Bucks studie (2007) är *nervositet* ett ofta uppgett symptom på **stress**. *Nervositet* har rapporterats mest i början av skolutgången, men också i hög grad före provveckan i mars. I Sharrers och Ryan-Wengers undersökning (2002) framstår *nervositet* på fjärde plats bland de mest rapporterade kognitiva/emotionella symptomen på **stress**. Brobeck m.fl. har i sin studie (2007) velat beskriva hur femteklassister upplever **stress** i vardagen och i resultaten framkommer *nervositet* som en av de psykiska konsekvenserna av **stress**. Av resultaten i undersökningen av Hjern m.fl. (2007) förstår man att utsatthet för antastning i skolan varje vecka har en stark koppling till känslan av *nervositet*.

Den starkaste kopplingen finns mellan utsatthet för flera typer av antastning veckovis och känslan av *nedstämdhet* i en studie om sambandet mellan potentiella **stress**faktorer i skolan och psykologiska klagomål. (Hjern, m.fl., 2007). I en annan undersökning om femteklassisters upplevelser av **stress** har respondenterna uttryckt en känsla av *nedstämdhet* som ett resultat av **stress**. (Brobeck, m.fl., 2007). Även i Sharrers och Ryan-Wengers forskning (2002) framkommer att *nedstämdhet* är ett ofta rapporterat kognitivt/emotionellt symptom på **stress**.

Konfusion förekommer som ett stresssymptom mest i början av terminen och i februari före provveckan i studien om fjärdeklassisters uppfattning om kunskapstest. (Skybo & Buck, 2007). Även i Sharrers och Ryan-Wengers studie (2002) rapporteras *konfusion* som ett relativt ofta förekommande kognitivt/emotionellt symptom på **stress**. I undersökningen gjord av Brobeck m.fl. (2007) uppger femteklassister att stress kan göra det svårt att tänka klart, vilket i sin tur kan ge upphov till koncentrationsvårigheter.

I en undersökning uppges *ökad motivation* som en positiv följd av **stress**. Studiens respondenter anser att **stress** kan driva en till att göra saker och få en att satsa lite mer. Enligt barnen kan känslan av **stress** göra det lättare för en att komma i tid, men **stress** upplevs som något positivt endast om man kan tänka klart. (Brobeck, m.fl., 2007).

I studien gjord av Brobeck m.fl. (2007) framkommer att **stress** kan ge upphov till *känslor av ohälsa*. Respondenterna i studien beskriver i allmänhet **stress** som en obehaglig känsla. Den mest negativa följden av **stress** innebär att man känner sig dålig och man är medveten om att **stress** inte är bra för kroppen. På liknande sätt visar resultaten i Sharrers och Ryan-Wengers studie (2002) att stress kan leda till sådana kognitiva/emotionella symptom att man känner sig dålig eller konstig samt upplever skam. Även en känsla av att man tror att man kommer att dö har uppfattats av barnen i undersökningen som ett symptom på **stress**.

Enligt resultaten i studien gjord av Honkinen, Suominen, Välimaa, Helenius och Rautava (2005) har faktorer som hänför sig till skolmiljön samband med *känslor av ohälsa* hos undersökningspersonerna. Lägre vitsord än nio i matematik, otillräckligt socialt stöd från lärarna samt olika problem i klassatmosfären är omständigheter som har samband med en rätt så eller inte så bra självuppfattad hälsa hos deltagarna i studien.

Ur dessa resultat kan man dra följande slutsatser: för mycket skolarbete, att komma försent till skolan och att bli utsatt för antastning i skolan är **stress**faktorer som har samband med *aggression, nedstämdhet* och *nervositet* hos skolbarn. **Stress** kan upplevas som något positivt i form av *ökad motivation*, men endast om barnen kan tänka klart.

7.3 Trivsel i skolan

Trivsel i skolan utgör en analysenhet. Kategorierna benämns som *samhörighet i skolan, social kompetens, livskvalité, klasskamrater, mobbning* och *skolans utrymmen*.

Enligt en studie av Svavarsdottir (2008) har flickor och elever som deltar i aktiviteter efter skolan högre *samhörighet i skolan* än pojkar och elever som inte deltar i aktiviteter efter skolan. Barn som lider av kronisk sjukdom, mental sjukdom eller inlärningssvårigheter känner även lägre *samhörighet i skolan*. I en annan studie, gjord av Simons-Morton och Crump (2003), framkommer det att flickor, skolengagemang, social kompetens och föräldrars involvering associeras positivt med *samhörighet i skolan*, medan depression

associeras negativt. Rice, Kang, Weaver och Howell (2008) anser att *samhörighet i skolan* associeras positivt till socialt självförtroende och beteendekontroll. Negativt associeras det till ilska, utagerad ilska och stress. Elever med högre *samhörighet i skolan* upplever mindre ilska och utagerad ilska samt har högre beteendekontroll.

Elever med *social kompetens* i skolan känner högre samhörighet med skolan. Detta framkommer ur en studie av Rice, Kang, Weaver och Howell (2008). Enligt Simons-Morton och Crump (2003) associeras anpassning till skolan och *social kompetens* även positivt.

I en studie gjord av Svavarsdottir och Orlygsdottir (2006) framkommer det att flickor känner högre *livskvalité* än pojkar. *Livskvalitén* blir sämre om eleverna besöker skolsköterskan ofta, om de blir mobbade och om de har en kronisk sjukdom. Enligt Gillander Gårdin och Hammarström (2003) finns det ett förhållande mellan psykosociala faktorer (problem med klasskamrater, kontroll och krav) och dålig *livskvalité* och självvärde.

Problem med *klasskamrater* kan leda till sämre hälsa och självvärde hos eleverna. Detta kommer fram ur Gillander Gårdin och Hammarströms (2003) studie. Den negativa utvecklingen i elevernas hälsa och självvärde kan delvis förklaras med de ogynnsamma psykosociala miljöerna i skolan.

Enligt Svavarsdottir och Orlygsdottir (2006) känner skolelever som blivit utsatta för *mobbning* lägre livskvalité än elever som inte blivit utsatta för *mobbning*. Svavarsdottir (2008) anser i sin studie att barn som blivit utsatta för *mobbning* känner lägre samhörighet i skolan och har negativare känslor till skolan. Enligt Vernon, Lundblad och Hellström (2002) undviker många barn skolans toaletter eftersom *mobbning* kan förekomma där.

En studie gjord av Vernon, Lundblad och Hellström (2002) har undersökt barns upplevelser av toaletter, en del av *skolans utrymmen*. I studien framkommer det att barnen upplever toaletterna som otrevliga, smutsiga, illaluktande och skrämmande samt att mobbning förekommer där.

Ur dessa resultat kan man dra följande slutsatser: *samhörighet i skolan* är könsspecifikt, flickor känner högre *samhörighet i skolan* än pojkar. *Samhörighet i skolan* påverkas även

av föräldrarnas involvering, om eleven har *social kompetens*, om eleven besöker skolsköterskan ofta samt om eleven deltar i aktiviteter efter skolan.

8 Tolkning

I detta kapitel tolkar respondenterna sina forskningsresultat mot de teoretiska utgångspunkterna som består av Eriksons (1999) teori om barns psykosociala utveckling och Neumans (1995) systemmodell om stressorer, den teoretiska bakgrunden samt tidigare forskning. Analysenheterna är även här **svärtade** och kategorierna *kursiverade*. Alla analysenheter behandlas skilt för sig, men kategorierna går under samma rubrik.

8.1 Mobbning i skolan

Enligt Erikson (1999, 224-226) kan en bristande grundläggande tillit hos den vuxna ge sig uttryck i en vanemässig flykt till schizoida tillstånd och depressioner. I en studie gjord av Nordhagen, Nielsen, Sigum och Köhler (2005) framkommer att *psykisk ohälsa* är ett resultat av att ha blivit **mobbad** som barn. Liknande resultat visas i en studie gjord av van der Wal, de Wit och Hirasings (2003), nämligen att det är vanligt att *psykisk ohälsa* förekommer hos de 9-13-åringar som **mobbas** indirekt i skolan. Stakes (2006, 64-65) tar även upp att mobbning försvårar skolgången och kan leda till psykiskt och fysiskt lidande hos den som är mobbad. I en forskning gjord av Dake, Price och Telljohann (2003) framkommer det att barn som blir **mobbade** i skolan riskerar att få *psykisk ohälsa* och samma resultat visar även en forskning gjord av Rigby (2003).

I Barnskyddslagen (2007/417) står det att det är på kommunens ansvar att ordna skolpsykolog- och skolkuratorstjänster för att förebygga och övervinna sociala och psykiska svårigheter som hänför sig till skolgången och elevens utveckling. I Flannerys, Westers och Singers studie (2004) är *psykisk ohälsa* en följd av att barnen blivit utsatta för våld i skolan. Även i en studie gjort av Kutob, Senef, Crago och Shisslak (2010) visar resultaten att de flickor som blir retade i skolan angående sin vikt har *psykisk ohälsa*. Det påstås i en forskning gjord av Petterson (2005) att *psykisk ohälsa* även förekommer hos de som mobbar.

Erikson (1999, 236) tar upp att det finns en risk för att barnet får en känsla av otillräcklighet och underlägsenhet om det tvivlar på sina arbetsredskap eller sin status bland arbetskamraterna. Om barnet tappar hoppet om arbetsgemenskapen, kan det resultera i ett steg bakåt i utvecklingen. I Kutob, Senef, Crago och Shisslaks studie (2010) är *dåligt självförtroende* vanligt hos de barn som blir retade i skolan. Flickorna som undersöktes ansåg att utseendet var det viktigaste när det gällde självkänslan. De flickor som blev retade hade viktproblem, vilket inverkade negativt på deras *självförtroende*. I forskning gjorda av Dake m.fl. (2003) och Rigby (2003) kommer det även fram att *dåligt självförtroende* är ett resultat av att ha blivit mobbad.

Neuman (1995, 26-27) menar att en eller flera stressorer kan minska den flexibla försvarslinjens skyddande effekt och när den normala linjen av försvar har genomträngts av en stressor får klienten symptom av instabilitet och sjukdom. När ett barn blir utsatt för våld i skolan kan det leda till *aggressioner*. Detta framkommer i en studie gjord av Flannery, Wester och Singer (2004). Att man känner *aggressioner* efter att man har blivit **mobbad** i skolan framkommer även som ett resultat i en forskning gjord av Rigby (2003).

Enligt Neuman (1995, 22, 32) växlar hälsan i en stigande eller sjunkande nivå beroende på den grundläggande strukturens faktorer och tillräcklig eller otillräcklig anpassning av klientsystemet till miljöbetingade stressorer. I en studie gjord av O'Brennan (2008) är *nedstämdhet* ett resultat av att man har blivit **mobbad** i skolan. Även i en forskning gjord av Rigby (2003) framkommer det att de barn som blir utsatta för **mobbing** blir *nedstämda*.

8.2 Stress i skolan

Erikson (1999, 235) anser att barnet i tidig skolålder upptäcker att det får bekräftelse genom att göra saker och det växer fram en känsla för arbetsflit hos barnet. I studien gjord av Brobeck m.fl. (2007) har rädsla för att komma försent till skolan, att inte hålla takten med klasskamraterna i skoluppgifter samt att inte ha tillräcklig tid för skolarbeten för att kunna uppnå tillfredsställande resultat koppling med uppkomsten av *aggression, nedstämdhet, konfusion* samt *känslor av ohälsa*. En positiv känsla av *ökad motivation* kan enligt barnen upplevas till följd av **stress**, men endast om man kan tänka klart. Enligt studien gjord av Osika m.fl. (2007) är det möjligt att screena för **stress** bland skolbarn.

Att barnet märker att det får uppmärksamhet genom att prestera kan leda till varierande **stress**symptom som också skildras i forskningen gjord av Skybo och Back (2007). Att vilja slå någon och känna sig nervös eller konfunderad framstår i undersökningen som en följd av **stress**upplevelser, vilket berättar om hur viktigt det är för barnen att lyckas och ha framgång i skolvärlden. Barnen märker i tidig ålder att vitsord och prestationer har en stor betydelse och det finns risk för att barnet i detta stadium får en känsla av otillräcklighet och underlägsenhet (Erikson, 1999, 235-236).

I Lagen om grundläggande utbildning (1998/628) står det att elevernas arbetsmängd bör vara anpassad så att eleverna får tillräcklig tid för vila, rekreation och fritidsintressen (§24, kap. 6). I studierna gjorda av Texas m.fl. (2004) och Sorensen (1991) framkommer att de mest använda copingmetoderna mot stress hos barnen är att titta på TV, lyssna på musik, rita, skriva eller läsa något, leka fritt och vara hemma.

Många barns utveckling avstannar för att familjelivet inte tillräckligt förberett dem för skollivet eller för att skoltiden inte uppfyllt löftena från tidigare barnår. (Erikson, 1999, 236). *Aggression* och *nedstämdhet* är känslor som framkommer som ett resultat av **stress**orer i skolan i Hjerns m.fl. studie (2007). I klasserna 3-6 har **stress**faktorerna att få för många skoluppgifter, att bli antastad av klasskamrater och att bli dåligt bemött av läraren samband med uppkomsten av *aggression*. Den starkaste kopplingen finns mellan utsatthet för flera typer av antastning veckovis och känslan av *nedstämdhet*. Enligt Lagen om grundläggande utbildning (1998/628) har den som deltar i utbildning rätt till en trygg studiemiljö. När läroplanen utarbetas skall utbildningsanordnaren framställa en plan så att eleverna skyddas mot våld, mobbning och trakasserier. (§29, kap. 7).

Neuman (1995, 22, 32) anser att hälsa är lika med optimal stabilitet i systemet för klienten och **stress**orer definieras som spänningsframkallande retningar med förmåga att rubba systemets stabilitet. I Sharrers och Ryan-Wengers studie (2002) blev lågstadiesbarn i åldern 7-12 tillfrågade om hur de uppfattar **stress** och vilka erfarenheter de har av **stress**, **stress**symptom samt olika copingmetoder. Forskarna indelade resultaten i kategorier med fysiologiska och kognitiva/emotionella symptom. Det mest förekommande kognitiva/emotionella symptomet på **stress** är *aggression*, men även *konfusion*, *nervositet* och *känslor av ohälsa* är symptom som har rapporterats av barnen. Ellenby (1999, 59) menar att skolan är uppbyggd på teori, prov och kontroller, vilket leder till konkurrens mellan barnen. För de barn som inte orkar studera eller är sena i mognaden kan konkurrensen leda

till kronisk stress.

I studien gjord av Honkinen m.fl. (2005) framkommer det att faktorer som hänför sig till skolmiljön har samband med den uppfattade hälsan hos respondenterna. Lägre vitsord än nio i matematik, otillräckligt socialt stöd från lärarna samt olika problem i klassatmosfären är omständigheter som har koppling till *känslor av ohälsa* hos deltagarna i studien. Neuman (1995, 26) menar att när den normala linjen av försvar är otillräcklig mot en specifik stressors påverkan uppkommer en reaktion inom klientsystemet. När den normala linjen av försvar har genomträngts av en stressor får klienten symptom av instabilitet och sjukdom. Att få stöd från vänner och att lyckas i någon uppgift fungerar som skydd mot stressreaktioner hos barn (Sorensen, 1991).

8.3 Trivsel i skolan

Enligt Lagen om grundläggande utbildning (1998/628) har alla som deltar i undervisning rätt till en trygg studiemiljö. Detta för att befrämja intern ordning, ostörda studier samt trygghet och **trivsel** i skolan (§29, kap. 7). Elevernas arbetsmängd skall anpassas så att de får tillräcklig tid för bl.a. sina fritidsintressen (§9, kap. 2). I Svavarsdottirs (2008) studie framkommer det att elever som deltar i aktiviteter efter skolan har högre *samhörighet i skolan*. Neuman (1995, 22) anser att klienten är ett öppet system i växelverkan och total samverkan med miljön, där klienten anpassar sig till miljön eller låter miljön anpassas till sig själv. I ideala fall finns det en optimal stabilitet i klientsystemet. I Svavarsdottirs (2008) studie framkommer det dessutom att barn som lider av kronisk sjukdom, mental sjukdom eller inlärningssvårigheter har lägre *samhörighet i skolan*. En annan studie, gjord av Simons-Morton och Crump (2003), visar att skolengagemang och social kompetens inverkar på barnens känslor av *samhörighet i skolan*. Erikson (1999, 236) anser däremot att om barnet tvivlar på sina arbetsredskap och sin kapacitet eller status bland arbetskamraterna, kan det bli rädd att identifiera sig med dem. Om barnet tappar hoppet om arbetsgemenskapen, kan det leda till ett steg bakåt i utvecklingen.

Erikson (1999, 236) anser ytterligare att det finns en risk för att barnet får en känsla av otillräcklighet och underlägsenhet. Barnet kan som tidigare blivit nämnt tvivla på sin kapacitet eller status bland arbetskamraterna och därmed bli rädd för att identifiera sig med dem. Om barnet tappar hoppet om arbetsgemenskapen, kan det bli mer isolerat och betrakta sig som medelmåttigt eller odugligt. Enligt Rice, Kang, Weaver och Howell

(2008) känner elever med *social kompetens* en högre samhörighet med skolan. Simons-Morton och Crump (2003) anser även de att om barnet anpassar sig bra till skolan blir barnets *sociala kompetens* bättre. Enligt Konu och Lintonen (2006) är sociala relationer en del av välmåendet i skolan. Lindstrom Johnson (2009) anser att elever som är medvetna om skolans regler har positiva relationer till sina lärare och känner medlemskap i skolan. Ytterligare anser Lindberg och Swanberg (2006) att relationen till lärare, skolan och kamrater är skyddande faktorer för välmåendet hos skoleleverna. Enligt Barnskyddslagen (2007/417) är det kommunen som ska ordna skolpsykolog- och skolkuratorstjänster för att förebygga och övervinna *sociala* och psykiska svårigheter som hänför sig till skolgången.

Neuman (1995, 22) anser att processen av växelverkan och anpassning leder till olika grader av harmoni, stabilitet eller balans mellan klienten och miljön. Enligt Barnskyddslagen (§1, kap. 1) har barn rätt till en trygg uppväxtmiljö. Barnskyddet skall se till att barnets gynnsamma utveckling och välfärd främjas. Gillander Gådin och Hammarström (2003) kom i sin studie fram till att det finns ett förhållande mellan psykosociala faktorer och dålig *livskvalité* och självvärde. Resultaten från Konu och Lintonens (2006) studie visar att elever i lågstadiet och flickor upplever större välmående i skolan än elever i högstadiet/gymnasiet och pojkar.

Under flera år har Mannerheims barnskyddsförbund ordnat Skolfred i början av varje läsår. Syftet med det är att påminna alla om att var och en i skolan har rätt till en trygg och jämlik inlärningsmiljö. Lindstrom Johnson (2009) menar att våld i skolan kan inverka socialt, psykologiskt och fysiskt på välmåendet hos skoleleverna. I skolor där det finns mindre våld tenderar eleverna att vara mer medvetna om skolans regler och har en tro om att de är rättvisa. Erikson (1999, 236) anser att om barnet tvivlar på sig självt kan det bli rädd för att identifiera sig med *arbetskamraterna*, vilket i värsta fall kan leda till isolation. Enligt Gillander Gådin och Hammarström (2003) kan problem med *klasskamrater* leda till sämre hälsa och självvärde hos eleverna.

Enligt Neuman (1995, 30) är den normala linjen av försvar en gränslinje som omger de ofullständiga inre försvarslinjerna. En stressor kan genomtränga den normala linjen av försvar om den flexibla linjen av försvar inte skyddar tillräckligt. Hurdan klientens stabilitet eller allmänna välmåendenivå är beror på klientsystemets anpassning till miljöbetingade stressorer. Enligt Svavarsdottir och Orlygsdottir (2006) känner elever i skolan

som blivit utsatta för *mobbing* lägre livskvalité. Varje skolstart ordnas evenemanget Skolfred av Mannerheims barnskyddsförbund som innebär att ingen skall utsättas för *mobbing*, diskrimineras eller lämnas ensam. Svavarsdottir (2008) anser i sin studie att barn som blivit utsatta för *mobbing* känner lägre skolsamhörighet och har negativare känslor till skolan. Vernon, Lundblad och Hellström (2002) kom i sin studie fram till att många barn undviker att använda skolans toaletter eftersom *mobbing* kan förekomma där. Enligt Lagen om grundläggande utbildning (§29, kap. 7) skall alla som deltar i utbildning få en trygg studiemiljö. Eleverna skall skyddas mot våld, *mobbing* och trakasseri.

Enligt Stakes (2002, 48) skall skolgården och skolbyggnaden vara en trygg plats. En studie av Vernon, Lundblad och Hellström (2002) undersökte elevers upplevelser av toaletter, som är en del av *skolans utrymmen*. Elevernas upplevelser av *skolans* toaletter är att de är otrevliga, smutsiga, illaluktande, skrämmande och att *mobbing* förekommer där. Enligt Lagen om grundläggande utbildning (1998/628) kan regler om hur skolans egendom får hanteras samt hur man får vistas och röra sig i skolbyggnaden utfärdas.

8.4 Slutsatser

Ur studierna som berör **mobbing** hos barn i skolmiljö kan man dra en del slutsatser. När man har blivit **mobbad** som barn, skadas tilliten till andra människor och man blir kränkt i sin personlighet. Resultaten visar att när man blir kränkt i sin personlighet kan *psykisk ohälsa* uppkomma p.g.a. att man inte tror på sig själv. Detta kan uppkomma i tidig ålder, men även långt upp i vuxen ålder.

Enligt Barnskyddslagen (2007/417) är det på kommunens ansvar att ordna skolpsykolog och kuratorer för att hindra sociala och psykiska svårigheter i skolan. Resultaten pekar på att det finns minimala eller dåliga resurser i skolan för skolpsykolog- och skolkurators-tjänster, eftersom det är så många barn som blir **mobgade** i skolan. Detta leder till att barnen lider i det tysta och det finns större risk för att barnen får *psykisk ohälsa*. Om barnet inte bearbetar sina problem, kan det leda till att de obearbetade problemen kommer fram i vuxen ålder och ger upphov till *psykisk ohälsa*.

Resultaten visar även att det är viktigt för skolbarnen att se ut och vara som alla andra. Att vara överviktig kan göra att man känner sig annorlunda och det finns en risk att man blir

mobbad för sitt utseende. Detta leder till att barnet får *dålig självkänsla*, vilket även kan bero på en känsla av otillräcklighet och underlägsenhet när man tvivlar på sina arbetsredskap eller sin status bland arbetskamraterna. Detta gör att man börjar tvivla på de egna resurserna och självkänslan påverkas negativt.

Resultaten pekar även på att när barnet blir utsatt för olika stressorer, t.ex. våld eller **mobbning** i skolan blir den egna försvarsmuren nerdruten bit för bit och detta leder till att barnet får symptom av instabilitet och sjukdom. Därför uppkommer *aggressioner* hos de barn som blir mobbade i skolan. Miljöbetingade stressorer kan även påverka hälsan. Resultaten visar att när barnet blir **mobbat** i skolan påverkas hälsan negativt och det leder till *nedstämdhet*, vilket beror på att barnet känner sig hotat och otryggt i vardagen.

Ur studierna som berör **stress** hos barn i skolmiljö kan man dra en del slutsatser. Barn upplever **stress** p.g.a. rädsla för att komma försent till skolan, av att inte hålla takten med klasskamraterna i skoluppgifter samt av att inte ha tillräcklig tid med skolarbeten för att kunna uppnå tillfredsställande resultat. Resultaten pekar på att det är av stor vikt att barnen lär sig att hantera misslyckanden och värdera sig själv utan vitsord i en värld där prov och läxor får en stor roll. Skolan kan försöka stöda barnens självkänsla genom att ordna aktiviteter där tyngdpunkten ligger vid deltagandet och visat intresse istället för själva prestationen.

Aggression och *nedstämdhet* är känslor som uppkommer till följd av **stressorer** i skolan och det finns en stark koppling mellan utsatthet för flera typer av antastning veckovis och känslan av *nedstämdhet*. Personalen i många skolor kan ha en uppfattning om att det förekommer mindre mobbning och trakasserier än vad det i verkligheten gör. Nolltolerans mot mobbning och tidigt ingripande vid misstänkt mobbning behövs för att både elever och personal skall trivas i skolan. Barn skall inte behöva utsättas för olägenheter i skolan. Det är de vuxnas uppgift både i hemmet och skolan att se till att barnen får en ostörd skolgång.

Resultaten visar att **stress** kan ge upphov till varierande symptom hos barnen, bl.a. *aggression, konfusion, nervositet* och *känslor av ohälsa*. Skolpersonal och föräldrar borde få ökade kunskaper i hur **stress** kan ge sig uttryck hos barn för att minimera onödigt lidande. Det är säkert lätt hänt att exempelvis aggression misstolkas som ett tecken på en beteendestörning.

Ur studierna som berör **trivsel** hos barn i skolmiljö kan man dra en del slutsatser. *Samhörighet i skolan* är något som bör främjas och tas i beaktande när läroplanen för varje skolår görs upp. Man borde uppmuntra till deltagande i aktiviteter efter skolan och skolengagemang eftersom det gör att eleverna känner högre *samhörighet i skolan*.

Skolan kunde även på olika sätt uppmuntra till att den *sociala kompetensen* blir bättre hos skolbarnen eftersom det inverkar positivt på **trivseln** i skolan. Studierna visar att en god *social kompetens* och *samhörighet till skolan* hör ihop. Om barnet har god *social kompetens* har det även högre *samhörighet till skolan*, har barnet anpassat sig bra till skolan har det också högre *social kompetens*.

Resultaten pekar på att barnens *livskvalité* kunde främjas och bli bättre än vad det är idag. Eftersom barnen idag visar mer tecken på mental ohälsa än tidigare kunde samhället göra ytterligare satsningar på den mentala hälsan hos unga. Skolan kunde även satsa mer på att främja den mentala hälsan hos skolbarnen, eftersom även det inverkar på **trivseln** i skolan.

Trivseln i skolan har dessutom en viktig del i hur *samhörigheten i klassen* är. Om *klassen* mår bra tillsammans, och en god atmosfär finns där, borde det även få eleverna att känna bättre hälsa och få högre självvärde.

Mobbning kan vara en orsak till att *samhörigheten i klassen* inte är så bra. Att ordna olika evenemang som förhindrar mobbning är ett bra sätt att åtgärda det. *Mobbning* är något som borde tas på stort allvar och förhindras så fort man misstänker det. Om *mobbning* minskar borde det även leda till att eleverna känner högre *skolsamhörighet* och att **trivseln** i skolan förbättras. En studie visar dessutom att elever undviker *skolans* toaletter eftersom *mobbning* kan föregå där. Det är något som skolan borde tänka mer på. Varje elev har rätt att känna sig trygg i *skolan* och använda toaletterna utan att vara rädd för *mobbning*.

9 Kritisk granskning

Respondenterna kommer i detta kapitel att kritiskt granska studiens olika delar enligt Larssons (1994) kvalitetskriterier om perspektivmedvetenhet, intern logik, innebördsrikedom och struktur.

9.1 Perspektivmedvetenhet

När man första gången möter det som man skall tolka har man en föreställning om vad det betyder. Vi har då en förförståelse som alltid kommer att förändras i tolkningsprocessen och när man gör förförståelsen tydlig gör man utgångspunkten för tolkningen tydlig. När man har gjort detta kan inte forskaren dölja sitt perspektiv. (Larsson, 1994, 165)

Respondenterna har använt sig av artiklar med både psykologiskt och vårdvetenskapligt perspektiv, dvs. ett tvärvetenskapligt perspektiv. På detta vis har respondenterna breddat sin förståelse av forskningsområdet. Vårdvetenskap och psykologi är forskningsområden som tangerar varandra. För att kunna förstå vad psykosocial hälsa innebär för ett barn måste man känna till vad som ingår i den normala psykosociala utvecklingen i barndomen och vad olika livshändelser kan ha för betydelse. I vårdarbetet är det nödvändigt att se på klienten som en helhet av fysiska, psykiska och sociala faktorer.

Respondenterna har använt sig av deduktiv metod genom att dela upp de olika temaområdena mobbning, stress och trivsel sinsemellan. Var och en har sedan vid analysen av artiklarna endast fokuserat på det som besvarar den egna forskningsfrågan. Detta innebär att respondenterna på förhand valt att se de utvalda begreppen.

9.2 Intern logik

Enligt Larsson (1994, 170) bör det råda harmoni mellan forskningsfrågan, antaganden, det studerade fenomenets natur, datainsamlingen samt analystekniken. Forskningsfrågor skall även vara det som styr datainsamlingstekniken och analysen. (Larsson, 1994, 168)

Respondenterna har styrts av forskningsfrågorna vid artikelsökningen och analysen genom att ur resultaten endast välja ut det som har varit relevant för forskningsfrågorna. Det var svårt att hitta nordiska artiklar som berör forskningsfrågorna och målgruppen. Därför valde

respondenterna att även ta med artiklar utanför Norden. Trots att respondenterna valde en internationell synvinkel kunde man dra slutsatsen att det inte finns mycket forskning i ämnet när det gäller barn i åldern 7-12 år. Den knappa mängden artiklar kan ses som en nackdel hos resultatens tillförlitlighet, men respondenterna anser att en fördel var att det fanns mera tid att sätta sig in i forskningarna och det möjliggjorde en noggrann innehållsanalys. De artiklar som analyserats med deduktiv innehållsanalytisk metod kändes relevanta och gav meningsfulla resultat.

9.3 Innebördsrikedom

I kvalitativa studier handlar resultatet om att skapa något så att en ny innebörd uppstår. Man måste därför observera hur innebörden skapas och en avgörande kvalitet är då innebördsrikedomen. (Larsson, 1994, 172)

Tack vare att artiklarna svarat på forskningsfrågorna har respondenterna fått fram slutledningar med ny innebörd. Respondenterna anser att de tagit med alla meningsbärande resultat och en översikt av begreppssorteringen kan studeras i bilagorna. Respondenterna har tolkat sina resultat mot tidigare forskningar, de teoretiska utgångspunkterna och den teoretiska bakgrunden. Resultaten och tolkningen ger läsaren en ökad förståelse i ämnet.

9.4 Struktur

Ett bra resultat bör ha en god struktur och överskådlighet. För att texten skall få en bra struktur kan man tydligt markera vad det är som är huvudsaken och bisaken i texten. Ett annat krav som ställs på resultatet är att resonemanget följs utan att något viktigt utelämnas, det vill säga att en röd tråd finns. (Larsson, 1994, 173-175)

Mobbning, stress och trivsel i skolan valdes på förhand ut som de tre temana respondenterna fokuserade på i den teoretiska referensramen, resultatredovisningen och tolkningen, vilket innebär att litteraturstudien genomfördes med deduktiv metod. Respondenterna anser att när dessa teman bildat överkategorierna blev resultaten tydligare och överskådligare.

Att skriva meningsbärande ord med **fet stil** och *kursiv stil* leder till att läsaren lättare kan urskilja det viktiga och följa den röda tråden. För att snabbt få en översikt av de forskningar som inkluderats i analysen, gjordes en översiktsartikel som bilaga 2.

Respondenterna ville också schematiskt visa hur kategoriseringen av begrepp genomförts, vilket gör att läsaren själv kan dra slutsatser om resultatens rimlighet. Detta har bifogats som bilaga 3.

Denna litteraturstudies uppläggning bygger på Yrkeshögskolan Novias skrivanvisningar för examensarbeten. Respondenterna har strävat till att hålla en vetenskaplig stil på språket utan att texten skall bli tungläst.

10 Diskussion

Syftet med denna litteraturstudie var att undersöka vad aktuell forskning berättar om barns psykosociala hälsa. Frågeställningarna till forskningsartiklarna löd: Hur påverkar mobbning i skolan barns psykosociala hälsa? Hur påverkar stress i skolan barns psykosociala hälsa? Hur påverkar trivsel i skolan barns psykosociala hälsa? Respondenterna anser att de i studien lyckats med att belysa följderna av dessa faktorer för barns psykosociala hälsa med hjälp av aktuella tvärvetenskapliga forskningar.

Respondenterna har sökt samtliga artiklar i databasen Cinahl/Ebsco och antog därmed att artiklarna var vårdvetenskapliga. Vid närmare granskning upptäcktes det att en del artiklar tillhör det psykologiska vetenskapsområdet, vilket resulterade i att artiklarna fick ett tvärvetenskapligt perspektiv.

Eftersom det har varit svårt att hitta artiklar som berör barn i skolåldern har respondenterna ifrågasatt orsaken till detta. Upplever forskarna att det är problematiskt att hitta en passlig metod för att undersöka barnen? I vissa undersökningar har forskarna intervjuat föräldrarna för att få kunskap om barnets syn på olika problem. Är dessa intervjuer tillförlitliga när det inte är barnen själva som har svarat? Respondenterna tror att det krävs både fantasi och erfarenhet av barn för att hitta en lämplig forskningsmetod.

I ett tidigt skede av arbetsprocessen valde respondenterna att dela upp temaområdena mobbning, stress och trivsel. På detta vis fick var och en ett eget ansvarsområde, vilket upplevdes bra med tanke på det korta tidsschemat, men samtidigt påfrestande att ensam behöva bearbeta en del av materialet. Det har tidvis varit problematiskt att få språket att flyta när det har varit tre skribenter som jobbat med texten och alla har ett eget sätt att skriva. Respondenterna har läst igenom varandras delar och kommenterat dem för att få ett

gemensamt, sammanhängande språk och nå samtycke om arbetets olika delar. Samarbetet har fungerat väl och respondenterna anser att det har varit en fördel med tre skribenter, eftersom det underlättat beslutstagandet.

Respondenterna tycker att vidare forskning bör göras kring detta ämne, speciellt angående yngre barn. I de forskningar respondenterna analyserat kommer det fram orsaker till och konsekvenser av mobbning, stress och trivsel i skolan. Man kunde istället fokusera mera på hur man kan stödja och främja den psykosociala hälsan hos barnen. Mobbning, stress och problem med trivsel i skolan är saker som man bör kämpa mot, men ännu viktigare är att hjälpa barnen att hitta fungerande copingmetoder för att stärka självkänslan.

Litteratur

Barnombudsmannen (1999). *Mänskliga rättigheter för barn*. Stockholm: Förlagshuset Gothia AB.

Barnombudsmannen [u.å.] [Online]

<http://www.lapsiasia.fi/sv/startside> (hämtat 22.3.2010).

Brobeck, E., Marklund, B., Haraldsson, K. & Berntsson, L. (2007). Stress in children: how fifth-year pupils experience stress in everyday life. *Scandinavian Journal of Caring Science*, 21, 3-9.

Bunkholdt V. (1994). *Från födsel till pubertet*. Lund: Studentlitteratur.

Dake, J.A., Price, J.H. & Telljohann, S.K. (2003). The Nature and Extent of Bullying at School. *Journal of School Health*, 73 (5), 173-180.

Dube, S. & Orpinas, P. (2009). Understanding excessive school absenteeism as school refusal behaviour. *Children & Schools*, 31 (2), 87-95.

Ellneby, Y. (1999). *Om barn och stress*. Falköping: Natur och Kultur.

Erikson, H. E. (1999). *Barnet och samhället*. Stockholm: Natur och Kultur.

Flannery, D.J., Wester, K.L. & Singer, M.I. (2004). Impact of exposure to violence in school on child and adolescent mental health and behavior. *Journal of Community Psychology*, 32 (5), 559-573.

Forsberg, C. & Wengström, Y. (2008). *Att göra systematiska litteraturstudier*. Stockholm: Bokförlaget Natur och Kultur.

Friberg, F. (2006). *Dags för uppsats – vägledning för litteraturbaserade examensarbeten*. Danmark: Narayana Press.

Gillander Gådin, K. & Hammarström, A. (2003). Do changes in the psychosocial school environment influence pupils' health development? Results from a three-year follow-up study. *Scandinavian Journal of Public Health*, 31, 169-177.

Himberg, L., Laakso, J., Peltola, R. & Vidjeskog J. (2001). *Människans utveckling*. Borgå: WS Bookwell Oy.

Hjern, A., Alfven, G. & Östberg, V. (2007). School stressors, psychological complaints and psychosomatic pain. *Acta paediatrica*, 97, 112-117.

Honkinen, P-L.K., Suominen S.B., Välimaa, R.S., Helenius, H.Y. & Rautava, P.T. (2005). Factors associated with perceived health among 12-year-old school children. Relevance of physical exercise and sense of coherence. *Scandinavian Journal of Public Health*, 33, 35-41.

Hälsa 2015 [u.å.] [Online]

http://www.terveys2015.fi/esite_swe.pdf (hämtat 11.5.2010).

Kirkevold, M. (1996). Oversiktsartikler – et middel for å fremme integrasjon av sykepleieforskning. Ingår i: Bjerkreim T., Mathisen J. & Nord R. (red.). *Visjon, viten og virke*. Oslo: Universitetsforlaget AS.

KLUCK2-Kompetenscentrum Byggnad-Luftkvalitet-Hälsa 2 [u.å.] [Online]

<http://kluck.novia.fi/> (hämtat 11.7.2010).

Konu, A.I. & Lintonen, T.P. (2006). School well-being in grades 4-12. *Health Education Research*, 21 (5), 633-642 .

Kutob, R.M., Senf, J.H., Crago, M. & Shisslak C.M. (2010). Concurrent and longitudinal predictors of self-esteem in elementary and middle school girls. *Journal of School Health*, 2010 (80), 240-248.

Kyngäs, H. & Vanhanen, L. (1999). Sisällön analyysi. *Hoitotiede*, 11 (1), 3-12.

Larsson, S. (1994). Om kvalitetskriterier och kvalitativ metod. Ingår i: Starrin, B. & Svensson, P-G. (red.). *Kvalitativ metod och vetenskapsteori*. Lund: Studentlitteratur.

Lindberg, L. & Swanberg, I. (2006). Well-being of 12-year-old children related to interpersonal relations, health habits and mental distress. *Scandinavian Journal of Caring Sciences*, 2006 (20), 274-281.

Lindstrom Johnson, S. (2009). Improving the School Environment to Reduce School Violence: A Review of the Literature. *Journal of School Health*, 79 (10), 451-465.

Lundman, B. & Hällgren Graneheim, U. (2008). Kvalitativ innehållsanalys. Ingår i: Granskär, M. & Höglund-Nielsen, B. (red.). *Tillämpad kvalitativ forskning inom hälso- och sjukvård*. Lund: Studentlitteratur.

Mannerheims Barnskyddsförbund [u.å] [Online]
http://www.mll.fi/pa_svenska (hämtat 22.3.2010).

Neuman, B. (1995). *The Neuman systems model*. Stamford: Appleton & Lange.

Nordhagen, R., Nielsen, A., Stigum, H. & Köhler, L. (2005). Parental reported bullying among Nordic children: a population-based study. *Child: Care, Health & Development*, 31 (6), 693-701.

O'Brennan, L.M., Bradshaw, C.P. & Sawyer, A.L. (2008). Examining developmental differences in the social-emotional problems among frequent bullies, victims and bully/victims. *Psychology in the Schools*, 46 (2), 100-115.

Olsson, H. & Sörensen, S. (2007). *Forskningsprocessen-kvalitativa och kvantitativa perspektiv*. Stockholm: Liber.

Olweus, D. (1999). *För föräldrar: Mobbning bland barn och ungdomar*. Stockholm: Rädda Barnen.

Osika, W., Friberg, P. & Wahrborg, P. (2007). A New Short Self-Rating Questionnaire to Assess Stress in Children. *International Journal of Behavioral Medicine*, 14 (2), 108-117.

Patterson, G. (2005). The bully as victim? *Pediatric Nursing*, 17 (10), 27-30.

Rice, M., Kang, D-H., Weaver, M. & Howell, C.C. (2008). Relationship of Anger, Stress, and Coping With School Connectedness in Fourth-Grade Children. *Journal of School Health*, 78 (3), 149-156.

Rigby, K. (2003). Consequences of Bullying In School. *Canadian Journal of Psychiatry*, 2003 (48), 583-590.

Sharrer, V.W. & Ryan-Wenger, N.A. (2002). School-age children's self-reported stress symptoms. *Pediatric Nursing*, 28 (1), 21-27.

Simons-Morton, B.G. & Crump, A.D. (2003). Association of parental involvement and social competence with school adjustment and engagement among sixth graders. *Journal of School Health*, 73(3), 121-126.

Skolfreden [u.å.] [Online]

<http://www.skolfreden.fi/> (hämtat 22.3.2010).

Skybo, T. & Buck, J. (2007). Stress and coping responses to proficiency testing in school-age children. *Pediatric Nursing*, 33 (5), 410-418.

Sorensen, E.S. (1991). Identification of stress buffers in school-age children. *Journal of Community Health Nursing*, 8 (1), 15-24

Stakes (2006). *Skolhälsovården 2002: En handbok för skolhälsovårdare, läkare, grundskolor och kommuner*. Finland: Gummerus Printing.

Stakes (2002). *Skolhälsovården 2002*. Finland: Gummerus Printing.

Svavarsdottir, E.K. (2008). Connectedness, belonging and feelings about school among healthy and chronically ill Icelandic schoolchildren. *Scandinavian Journal of Caring Sciences*, 22, 463-471.

Svavarsdottir, E.K. & Orlygsdottir, B. (2006). Health-related quality of life in Icelandic school children. *Scandinavian Journal of Caring Sciences*, 20, 209-215.

Taxis, J.C., Raw, L., Jackson, K. & Kouzekanani, K. (2004). Protective resources and perceptions of stress in a multi-ethnic sample of school-age children. *Pediatric Nursing*, 30 (6), 477-487.

Van der Wal, M.F., de Wit, C.A.M. & Hirasing, R.A. (2003). Psychosocial Health Among Young Victims and Offenders of Direct and Indirect Bullying. *Pediatrics*, 2003 (111), 1312-1317.

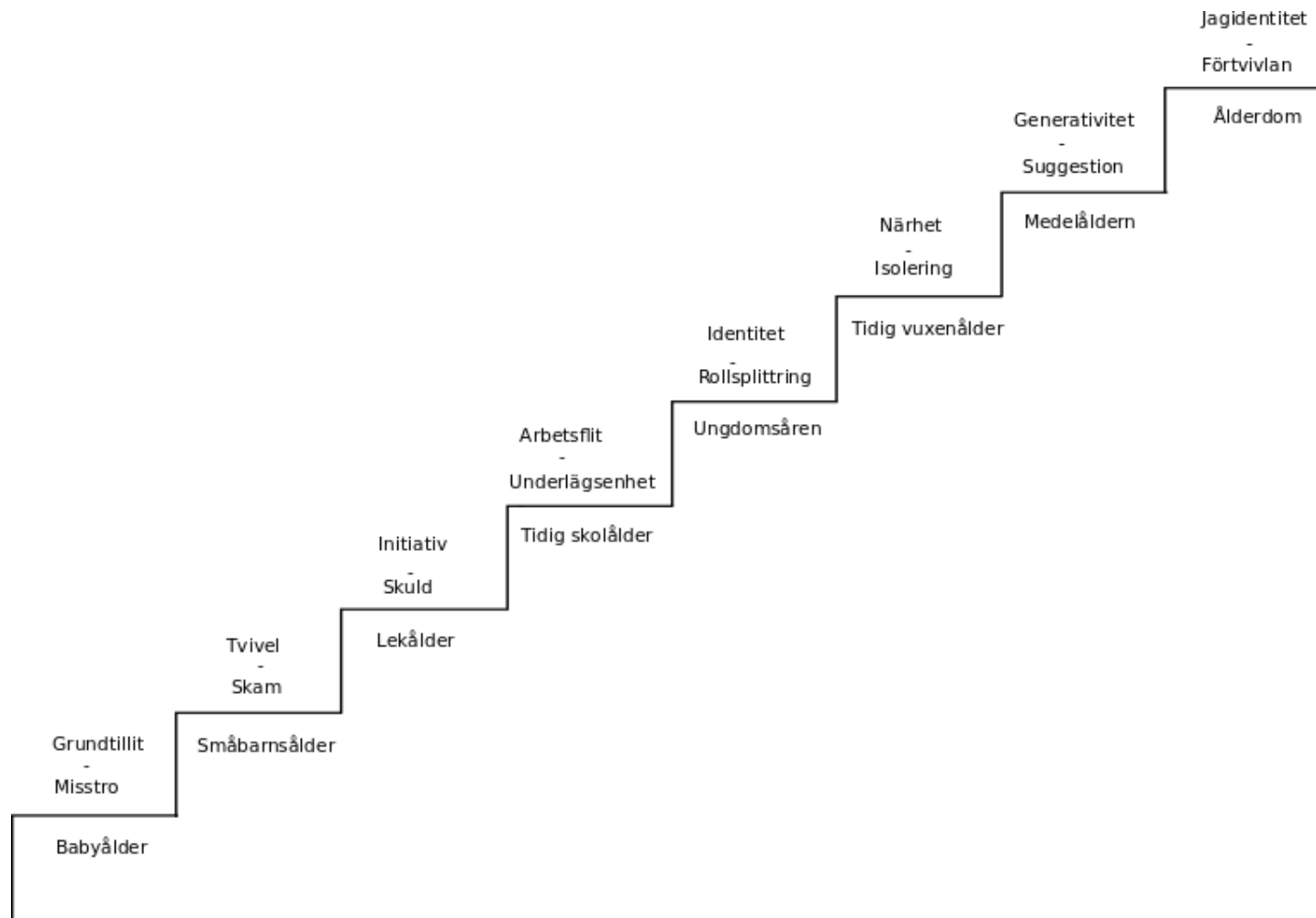
Vernon, S., Lundblad, B. & Hellstrom, A.L. (2003). Children's experiences of school toilets present a risk to their physical and psychological health. *Child: Care, Health & Development*, 29 (1), 47-53.

Finlands författningssamling:

Barnskyddslagen 13.4.2007/447.

Lag om grundläggande utbildning 21.8.1998/628.

Bilaga 1



Utvecklingskriser i olika åldrar enligt Erikson. (Himberg, m.fl., 2001, 27-29)

Bilaga 2

Författare, pub. år och land	Titel	Syfte	Metod	Resultat
Brobeck, Marklund, Haraldsson och Berntsson, 2007, Sverige	Stress in children: how fifth-year pupils experience stress in everyday life.	Att få fram hur femteklassister upplever stress i sitt vardagliga liv.	Kvalitativ n=29	Fem olika nyckelbegrepp framkom ut datan: rädsla för att bli försenad, att inte ha tillräckligt med tid, fysiska och mentala konsekvenser, både en negativ och en positiv känsla samt att uppleva andra personers stress. Dessa fem nyckelbegrepp berättar om att stress är en del av barns vardagliga liv. Enligt barnen är stress ofta något akut och har koppling till situationer som uppstår i vardagen.
Flannery, Wester och Singer, 2004, USA	Impact of exposure to violence in school on child and adolescent mental health and behavior.	Att undersöka sambandet mellan att bli utsatt för våld i skolan, psykologiska trauma-symptom och våldsamt beteende.	Kvantitativ n=5969	De barn som blev utsatta för våld i skolan fick traumatiska symptom, såsom ångest, ilska, depression, dissociation och posttraumatisk stress.
Gillander Gådin och Hammarström, 2003, Sverige	Do changes in the psychosocial school environment influence pupils' health development? Results from a three-year old follow up study.	Undersöka hur psykosociala faktorer inverkar på elevers hälsa och självvärde.	Kvalitativ n=533	Negativ utveckling av psykosociala faktorer som kontroll, krav och problem med klasskamrater leder till sämre hälsa och självvärde. Könsskillnader upptäcktes eftersom flickorna visade högre försämring av hälsan och självvärdet samt tecken på mer somatiska och psykologiska symptom.

Hjern, Alfven och Östberg, 2007, Sverige	School stressors, psychological complaints and psychosomatic pain.	Att undersöka på vilket sätt psykosomatisk smärta och psykologiska och fysisk aktivitet har samband med den uppfattade hälsan bland 12-åriga barn.	Kvalitativ n=2588	Stressfaktorer i skolan, såsom att bli utsatt för mobbning av klasskamrater, känna press vid utförande av skolarbete samt att bli dåligt bemött av lärarna har samband med psykosomatisk smärta och psykologiska klagomål, som t.ex. irritabilitet, otrygghet och nervositet. Speciellt mobbning identifierades.
Honkinen, Suominen, Välimaa, Helenius och Rautava, 2004, Finland	Factors associated with perceived health among 12-year-old school children. Relevance of physical exercise and sense of coherence.	Att undersöka vilka faktorer med tyngdpunkt på KASAM (känsla av sammanhang) symptom.	Kvantitativ n=1231	Otillräcklig fysisk aktivitet var tydligt associerat med en dålig självuppfattad hälsa. Också vitsord under 9 i matematik, en svag KASAM, rapportering av problem i det uppfattade stödet från lärare samt olika problem i klassatmosfären var variabler med starka kopplingar till en dålig självuppfattad hälsa.
Kutob, Senf, Cargo och Shisslak, 2008, USA	Concurrent and Longitudinal Predictors of Self-Esteem in Elementary and Middle School Girls.	Att analysera effekten av olika faktorer som har samband med självkänslan.	Kvantitativ n=656	De som blev retade för t.ex. sin vikt hade dålig självkänsla.
Nordhagen, Nielsen, Sigum och Köhler, 2005, Norge, Danmark, Sverige	Parental reported bullying among Nordic children: A population-based study.	Att undersöka prevalensen av mobbning, riskfaktorer för mobbning samt eventuella konsekvenser av mobbning i fem nordiska länder år 1984 och 1996.	Kvantitativ n=3000	Antalet mobbade hade ökat till 16,4 % jämfört med 13,7 % år 1984. Barnen som blev mobbade hade betydligt mera hälso- och psykologiska problem jämfört med de barn som inte blev mobbade.

O'Brennan, 2008, USA	Examining developmental differences in the social-emotional problems among frequent bullies, victims and bully/victims.	Att undersöka olika typer av socioemotionella och beteendeproblem hos de barn som är involverade i mobbning.	Kvantitativ n=24 345	De som blev mobbade hade bl.a. symptom av nedstämdhet, ensamhet och oro.
Rice, Kang, Weaver och Howell, 2008, USA	Relationship of anger, stress and coping with school connectedness in fourth-grade children.	Studien vill karaktärisera relationerna mellan inre ilska, stress, mönster av vredesuttryck, resurser för att bemästra stress och främja skolsamhörighet, samt undersöka om ras och kön påverkar dessa relationer.	Kvalitativ n=166	Skolsamhörighet var positivt associerat med socialt självförtroende och beteendekontroll, samt negativt associerat med inre ilska, utagerad ilska och stress. Effekterna av skolsamhörighet hade ingen könsskillnad, men ras inverkade på förhållandet mellan skolsamhörighet och stress samt socialt självförtroende.
Sharrer och Ryan-Wenger, 2002, USA	School-age children's self reported stress symptoms.	Att identifiera stressrelaterade symptom hos barn och bedöma till vilken grad existerande instrument mäter dessa klagomål förekommer i relation till potentiella stressfaktorer i skolmiljön bland 10–18-åriga skolbarn.	Kvantitativ n=194	Varje barn nämnde ett till sex symptom på stress, sammanlagt 507 olika symptom. Forskarna sorterade resultaten induktivt i 24 olika kategorier av kognitiva/emotionella och fysiologiska symptom på stress. Existerande instrument fångar upp endast 36-55 % av de kognitiva/emotionella symptomen som barnen rapporterat om och 0-33 % av de fysiologiska symptomen.
Simons-Morton och Crump, 2003, USA	Association of parental involvement and social competence with school adjustment and engagement among sixth graders.	Identifiera vilka faktorer som kan associeras till anpassning till skolan och engagemang i skolan hos sjätteklassister.	Kvalitativ n=1267	Anpassning till skolan var högre hos flickor, avtagandet var mindre hos flickor och vita än hos pojkar och mörkhyade. Flickor, skolengagemang, skolklimat, social kompetens och föräldrars engagemang associerades positivt till anpassning till skolan, medan depression associerades negativt.

Svavarsdottir, 2008, Island	Connectedness, belonging and feelings about school among healthy and cronicallly ill Icelandic schoolchildren.	Att undersöka vilken nivå av skolsamhörighet isländska skolelever, med eller utan kroniskt hälsotillstånd, upplever.	Kvantitativ n=480	Flickor och barn som deltog i skolaktiviteter efter skolan hade högre samhörighet och positivare känslor till skolan än pojkar och barn som inte deltog i skolaktiviteter efter skolan. Barn med kroniskt psykologiskt tillstånd eller sjukdom, barn som blivit mobbade och barn med kronisk sjukdom hade lägre skolsamhörighet och negativare känslor till skolan.
Svavarsdottir och Orlygsdottir, 2006, Island	Health-related quality of life in Icelandic school children.	Undersöka hälsorelaterad livskvalité hos 10-12-åriga isländska barn, med eller utan kroniskt hälsotillstånd.	Kvalitativ n=480	Flickor, elever som inte besökte skolsköterskan minst en gång i veckan samt barn som uppgav att de inte blev mobbade hade högre hälsorelaterad livskvalité än pojkar, barn som besökte skolsköterskan minst en gång i veckan och barn som uppgav att de blev mobbade. Barn med kroniskt hälsotillstånd eller sjukdom hade även lägre hälsorelaterad livskvalité.
Van der Wal, de Wit och Hirasing, 2003, Holland	Psychosocial health among young victims and offenders of direct and indirect bullying.	Att analysera associationen mellan direkt och indirekt mobbning med indikatorer av psykosocial hälsa för pojkar och flickor.	Kvantitativ n=4811	För de som blev mobbade var depression och självmordstankar vanliga symptom hos både flickor och pojkar.
Vernon, Lundblad och Hellstrom, 2003, England och Sverige	Children´s experiences of school toilets present a risk to their physical and psychological health.	Att undersöka varför barn och föräldrar upprepat beskriver problem med skoltoaletterna.	Kvantitativ n=551	Barn från båda länderna ansåg att skoltoaletterna var otrevliga, smutsiga, luktade illa och var skrämmande samt att mobbarna kunde dyka upp där.

Bilaga 3

